

Univerzita Karlova  
Pedagogická fakulta

Katedra psychologie

## RIGORÓZNÍ PRÁCE

Sebepoznání ve výtvarné expresi  
Self-knowledge in art expression

Mgr. Kateřina Šimánková

Studijní program: Psychologie

Studijní obor: Psychologie

Konzultant práce: doc. PhDr. Vladimír Chrz, Ph.D.

2018

Odevzdáním této rigorózní práce na téma Sebepoznání ve výtvarné expresi potvrzuji, že jsem ji vypracovala samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného či stejného titulu.

V Praze 30.11.2018

.....

Podpis

Děkuji svému vedoucímu diplomové a rigorózní práce doc. PhDr. Vladimíru Chrzovi, Ph.D. za odborné vedení, přínosné rady, důvěru ve zvolené téma a velice vstřícnou podporu během celé tvorby práce. Děkuji tímto i Psychologickému ústavu AV ČR za technickou podporu.

Děkuji všem třem účastníkům výzkumu, že mi dovolili nahlédnout do jejich jedinečných životů, a mohla tak vzniknout tato práce.

Děkuji celé své rodině za dlouhodobou podporu v mém vysokoškolském studiu.

Děkuji Ing. Jakubovi Šimánkovi za celkovou podporu i cenné připomínky.

Děkuji akademické malířce Kamile Ženaté za dlouhodobé laskavé provázení na sebezkušenostních arteterapeutických seminářích a za inspirativní podněty pro rozšíření diplomové práce na rigorózní.

## **ABSTRAKT**

Tato kvalitativní rigorózní práce se zabývá sebepoznáním ve výtvarné expresi. Práce zkoumá, jakým způsobem tvůrce rozumí svému výtvarnému dílu, jak se toto porozumění děje v dialogu nad dílem a jaký vliv má explikovaný význam na sebepoznání a sebetransformaci jedince. Práce představuje princip exprese a expresivity jako fenomén a mandalu jako specifický prostředek výtvarné exprese, jenž je zasazen do odborného rámce prostřednictvím původu a tradice užití v terapeutické praxi. Práce se věnuje procesu, v němž je objevený význam, a stanovuje tři etapy, z nichž první je exprese, druhá reflexe a třetí analýza. Prezentovány jsou tři základní teoretická východiska, která tvoří kostru práce. Jsou jimi teorie exprese, hlubinně dynamická arteterapie a hermeneutický přístup. Práce popisuje tři kasuistiky v jejich dynamice, analyzuje proces a interpretuje data z hlediska formální a obsahové analýzy, resp. z hlediska strategií uchopování významu v obraze a charakteru řešených témat.

## **KLÍČOVÁ SLOVA**

Výtvarná exprese, mandaly, sebepoznání, raná dospělost, teorie exprese, hlubinně dynamická arteterapie, hermeneutika.

## **ABSTRACT**

This qualitative thesis deals with self-knowledge in art expression. The work examines how the creator understands to his or her art product, what happens in the dialogue over the product and how this understanding impacts self-knowledge and self-transformation. The work represents the principle of expression and expressiveness as a phenomenon and mandala as a specific instrument of art expression, which is set into a professional framework through its origin and tradition of use in therapeutic practice. The work is dedicated to the process in which the meaning is explored and constitutes three stages – expression, reflection and analysis. Theory of expression, dynamic art therapy and hermeneutic approach are presented as three basic theoretical approaches in this work. The work describes three case reports in a dynamic process and interprets them through formal and thematic analysis, or more precisely it shows which strategies are used to find the meaning in picture and what is the character of the main topics.

## **KEYWORDS**

Art expression, mandalas, self-knowledge, early adulthood, theory of expression, dynamic art therapy, hermeneutics.

## Obsah

<b>Úvod .....</b>	<b>8</b>
<b>1 Otevření problematiky .....</b>	<b>10</b>
1.1 Princip exprese a expresivity .....	10
1.1.1 Od exprese k významu – metaforická povaha exprese .....	13
1.2 Mandala jako specifický prostředek výtvarné exprese .....	15
1.2.1 Původ mandaly .....	17
1.2.2 Tradice užití mandaly v terapeutické praxi.....	18
<b>2 Cesta k významu ve výtvarném artefaktu .....</b>	<b>23</b>
2.1 Výtvarná exprese .....	24
2.2 Reflexe nad a s dílem.....	26
2.3 Analýza .....	30
<b>3 Metodologická východiska .....</b>	<b>33</b>
3.1 Hermeneutický přístup.....	33
3.2 Výběr vzorku .....	37
3.3 Postup výzkumu.....	38
3.4 Formulace výzkumné otázky .....	39
<b>4 Sebepoznávání a sebetransformace jako proces .....</b>	<b>40</b>
4.1 Kazuistika č. 1 - Julie.....	41
4.1.1 Analýza kazuistiky.....	48
4.2 Kazuistika č. 2 – Štěpán.....	51
4.2.1 Analýza kazuistiky.....	57
4.3 Kazuistika č. 3 - Eliška .....	63
4.3.1 Analýza kazuistiky.....	70
<b>5 Souhrnná interpretace.....</b>	<b>75</b>
5.1 Co se děje, když ztvárňujeme a rozumíme .....	75
5.1.1 Dva pohyby vedoucí k významu .....	80
5.1.2 Jak je to vlastně s tou expresí?.....	90
5.2 Obsahová analýza .....	93
5.2.1 Budování „terapeutického“ vztahu .....	93
5.2.2 Hledání identity.....	94
<b>Závěr .....</b>	<b>102</b>
<b>Seznam použitých informačních zdrojů .....</b>	<b>104</b>

<b>Seznam příloh.....</b>	<b>109</b>
---------------------------	------------

## Úvod

Cílem této rigorózní práce je obecně řečeno zkoumat proces, ve kterém se konstruoval význam implicitně obsažený ve výtvarném produktu, a to vzhledem k tomu, jaký vliv má toto porozumění na sebepoznání, popř. sebetransformaci jedince. V užším slova smyslu je cílem práce hledání a objevování významu ve výtvarném artefaktu.

*„Protože malování pojímané jako sebevyjádření pomocí výtvarných prostředků je proces sebepoznání, způsob, jak být sám se sebou v kontaktu, jak vynést skryté obsahy nevědomí do vědomého procesu“ (Ženatá, 2015, s. 23-24).*

Téma sebepoznání ve výtvarné expresi v sobě skýtá mnoho variant pro uchopení a tvoří pozadí, z něhož se vynořují potenciální možnosti. Na počátku stála touha propojit teorie exprese a expresivity s arteterapií. Nejvíce za to asi mohla moje fascinace výtvarným materiálem, který dává neuvěřitelné bohatství v tvořivé hře, v níž mohou vyvstávat významy. Plně jsem jeho účinek poznala v arteterapeutických kurzech, i díky spontánní tvorbě mandal, k nimž jsem se uchýlila v určitém období svého života. Z toho důvodu mne zajímalo, zda mohou mít podobný (a jaký) vliv na jiné lidi. Úvahy o směřování této práce následně zaměřily k několika otázkám – jak se stane, že tvůrce svému dílu nějak rozumí, a jakou roli může kontakt s expresí hrát v jeho vývoji. Postupně jsem začala rozpracovávat ideu do podoby, jež je obsažena v následujících stranách. Práce se snaží odpovědět zejména na otázku, jak se stalo, že tvůrce porozuměl svému dílu.

Práce je kvalitativní, a proto jsem se rozhodla nerozdělovat ji na teoretickou a praktickou část, jelikož ty se nerozlučitelně prolínají. Stručně se dá zamýšlená nit práce vystihnout plynulým přechodem od uvedení do tématu přes výzkumnou část po analýzu dat, mezi nimiž prochází související teorie.

V kapitole „Otevření problematiky“ se čtenář seznámí s dvěma stěžejními pojmy, z nichž vychází celá práce – exprese a mandala. Představím princip exprese a expresivity v obecných východiscích, expresi ještě rozpracuji v následujících kapitolách. Pozornost v této kapitole bude centrována na pojetí mandaly jako specifického prostředku výtvarné exprese ve službě sebepoznání. Tato kapitola nastíní na základě prezentace dvou stěžejních pojmů hlavní otázky, jež si kladu.

Následovat bude kapitola „Cesta k významu ve výtvarném artefaktu“, která se zaměří na obecná východiska procesu hledání významu. Stanovím tři etapy –



exprese, reflexe a analýza – v nichž se budu věnovat i souvisejícím pojmům jako je symbol, psychická distance apod.

Posléze se přesunu k „Metodologickým východiskům“ výzkumu. V této kapitole představím tři hlavní teoretická východiska (teorii exprese, hlubinně dynamickou arteterapii a hermeneutický přístup) pro práci s účastníky výzkumu a jejich výtvary. Dále ozřejmím výběr vzorku a postup, jakým se ubírala naše spolupráce. Součástí bude taktéž formulace výzkumné otázky.

Kapitola „Proces sebepoznání a sebetransformace“ přinese příběhy jednotlivých účastníků v jejich jedinečnosti a celistvosti. Čtenář se seznámí s výtvarnou tvorbou a ústředními tématy probandů.

Na základě „Souhrnné interpretace“ se pokusím nahlédnout pod povrch dění a analyzovat celý proces spolupráce s účastníky. Budu se snažit odpovědět na základní formulované otázky prostřednictvím formální i obsahové analýzy.

Oproti diplomové práci se mé poznatky a zkušenosti rozšířily díky profesní praxi, arteterapeutickým seminářům u ak. mal. Kamily Ženatě a psychoterapeutickému výcviku v katatymně imaginativní psychoterapii. Na základě toho se snažím rozšířit a prohloubit výstupy diplomové práce. Rozšíření se dočkaly některé teoretické kapitoly, zejména hermeneutický přístup, analýzy jednotlivých kazuistik a v „Souhrnné interpretaci“ přibyla kapitola „Jak je to vlastně s tou expresí“ věnovaná alternativnímu pohledu na expresi.

V „Závěru“ shrnu poznatky z celé rigorózní práce.

## 1 Otevření problematiky

V Úvodu bylo nastíněno, co bude obsahem této rigorózní práce, zde bych již ráda otevřela scénu, na níž se bude práce odehrávat. Toto otevření plní roli jakéhosi uvedení do příběhu, expozice, jež je nutná pro porozumění pozadí, z něhož budou vystupovat jednotlivé části práce.

V následujících řádcích v krátkosti představím užití termínů exprese a mandaly v kontextu mé práce. Zde bude akcentována prezentace specifického vyjadřovacího prostředku, jehož jsem užila ke zkoumání exprese, a budou nastíněny základní otázky, jež rozvinu v kapitole „Metodologická východiska“.

### 1.1 Princip exprese a expresivity

Pojem exprese se nám zdá natolik samozřejmý, že se v běžné komunikaci spokojíme s předporozuměním, aniž bychom ho blíže definovali. A přesto mu velice dobře rozumíme – když říkáme, že je někdo expresivní, často tím myslíme, že se vyjadřuje emotivně. Když si však položíme otázku, „co ta exprese vlastně je“, najednou se obsah tohoto slova může jevit složitě uchopitelným. Pokusím se tedy vymezit, jak budu expresi pojímat v této práci.

Exprese je nedílnou součástí života, počínaje gesty, mimikou, hudební a výtvarnou produkcí, přes slova a konče v nedohlednu lidské zkušenosti. Všechny zmíněné i nezmíněné expresivní činnosti společně skládají mozaiku, díky níž dáváme svému okolí možnost zakusit, jak rozumíme světu.

Exprese má v českém jazyce svůj ekvivalent v pojmu **výraz**, který evokuje představu, že se něco vyjadřuje a většinou se něco vyjadřuje někým nebo něčím. Právě „**vyjádření něčeho v něčem**“ považuje Chrz (2013) za základní princip exprese. Dle Chrze (2013) tomu napovídá etymologický význam slova výraz, souvisí s „vtiskem“, něco je někam vyraženo. Podle mého názoru má stejnou funkci i slovo exprese, z jehož původu lze vyčíst, že něco je tlačeno ven (ex-prese). Co znamená to „něco“ v kontextu této práce, osvětlím o pár řádků níže.

Když hovořím o expresi, považuji za nezbytné vzít v potaz expresivitu. Často se pojmy **exprese** a **expresivita** směšují, co se jejich významu týče. Vezmu si na pomoc text francouzského filosofa Ruyera, jenž se v publikaci *Paradoxy vědomí* zabývá expresivitou, a pokusím se ji odlišit od exprese.

Ruyer (1994, s. 203) píše, že „...výraz čili *exprese* je pro druhého, *expresivita* je bytí samo“. Rozšířením této myšlenky může být tvrzení, že jestliže je exprese považována za „vyjádření něčeho v něčem“, pak expresivita by mohla znamenat „vyjadřování se“, resp. vyzařování. Expresivita je Ruyerem pojímána jako obecná vlastnost všech jevů ve světě. Každý fenomén vyzařuje sebe sama a toto ukazování se je základní situací, jako krása a posvátno západu slunce, jež nejde redukovat jen na rotaci Země kolem vlastní osy. V případě výtvarné exprese, na kterou se orientuji, mohu zjednodušeně říci, že člověk ztělesní svou expresivitu v konkrétní expresi – obraze, tedy užije určitého výtvarného výrazu k vyjádření vlastní expresivity.

Někteří autoři jako Huyghe, psycholog výtvarného umění, věří, že skrze umělecká díla k nám promlouvají životní příběhy jejich tvůrců a doby, v níž žili. Ruyer by zde mohl nesouhlasit, neboť pojímá uměleckou tvorbu jako snahu umělce vyjádřit nikoli svou emoci, tedy sebe sama, ale to, co ji vyvolalo, tzn., že v díle, na němž se zobrazuje třeba před chvílí zmíněný západ slunce, není podstatné, co cítil autor, nýbrž zprostředkování onoho zázračného momentu divákovi. Z toho vyplývá, že umělec neztvárňuje v první řadě svou vlastní expresivitu, ale expresivitu toho jevu, jež se snaží zpodobnit. Možná se ve skutečnosti v umělecké tvorbě expresivita tvůrce a jevů, které zobrazuje, setkává a prolíná a nemusí stát striktně proti sobě.

Vzhledem k předchozím řádkům se nabízí otázka, jaký je vztah mezi uměním a výtvarnou tvorbou v arteterapii/artefiletice.<sup>1</sup> Zamyšlení nad rozdílem a střetáním těchto dvou pohledů by vydalo na text mnohem obsažnější, avšak nakrátko se zastavím. Slavík (2000) říká, že artefiletika je průnikovým oborem mezi životem a uměním. Život reprezentuje každodennost, zatímco umění vystoupí z průměrnosti, ozvláštní a přiblíží se k posvátnému, znovuoživí existenciální situace, jež jsou vlastní každé lidské bytosti. Umělec nám skrze umění ukazuje, že průměrnost nemusí být

---

<sup>1</sup> Tyto dva obory se prolínají, vychází ze stejných kořenů, ale liší se ve svém poslání. Podle Lhotové (2010) je artefiletika oborem aplikovaným ve výchově a vzdělávání za účelem rozvoje celé osobnosti, kdežto arteterapie se zaměřuje na vyléčení psychických poruch či obtíží klienta. Proto ačkoli čerpám z arteterapeutických konceptů, má výzkumná práce by se dala charakterizovat spíše jako artefiletická.

a hlavně není tak průměrná, jak se ve sledu denních událostí může zdát <sup>2</sup>. Účastníci arteterapie či artefiletiky zažívají skrze kreativní činnost podobnou zkušenost „ozvláštnění“, kterou si mohou bezprostředně odnést do svých životů a díky nově objeveným možnostem skrze expresivní dílo rozšířit horizont bytí.

Na rozdíl od umění, jehož častým motivem je ukázat světu jevy rozmanitější, než je běžně vidíme, se výtvarná tvorba v arteterapeutickém kontextu pokouší nahlédnout skrze obraz do nitra jeho tvůrce a tak ho směřovat k lepšímu sebepoznání s následnou změnou. V arteterapii a artefiletice tedy člověk primárně zachycuje své vlastní vyzařování (i když jistě nejenom), což okamžitě vyvolává spojitost s konceptem projekce, pomocí něhož Slavík vymezuje expresi jako projektivní aktivity „...*které spontánně vyjadřují psychické stavy aktéra (pocity, city, dojmy, nálady, postoje) a zároveň reprezentují jeho osobnost (tj. individuálně typickou syntézu temperamentu, inteligence, zkušeností, znalostí atd.)*“ (Slavík, 2000, s. 73). Expresie je podle něj základním principem arteterapie.

V situaci, kdy je člověk expresivní, se dominantním stává pohyb zevnitř ven, niterné vyvstává ze své temnoty do světla prostředí vnějšího. Tímto způsobem člověk může zakusit sebe sama v konkrétní uchopitelné formě a dívat se s odstupem. Jako by se část jeho samého (Slavík mluví o subosobnosti) osamostatnila, stála před ním a vyzývala k pochopení. Když je člověk expresivní, vstupuje do zjevu, neskrytosti, jeho určitá část, zatímco další se skrývá.

Ačkoli jsem předložila vymezení exprese z hlediska psychických procesů, stavů a vlastností, nelze ji vnímat pouze jako duševní aktivitu, jde společně s promluvou těla. Merleau-Ponty (1971) říká, že malíř propůjčuje své tělo světu a tím mění svět v malbu. Stejně tak klient propůjčuje své tělo významu, který v něm zraje.

Z výše uvedeného vyplývá, že expresi pojmám shodně s Chrzem jako „vyjádření něčeho v něčem“, což je ztělesněním expresivity (vyzařování) tvůrce – v expresi jde o vyjádření primárně sebe sama a svých vnitřních prožitků do konkrétní, smyslově vyjádřené podoby.

---

<sup>2</sup> Huyghe se v tomto smyslu vyjádřil o Rembrandtovi: „*Tušil, že smyslem obrazů, jež zhmotňuje umění, není ani tak odrážet to, co může každý vypožorovat, jako učinit viditelným, co většina lidí nevidí*“ (Huyghe, 1973, s. 174).

Nebyla by tu lidská zvědavost, kdyby se člověk spokojil s expresí jako takovou. Člověku je vlastní touha rozumět. Rozumět svému světu a hledat význam u věcí, jež stvořil. „*Expresie ve všech svých podobách má vždy dva póly, kterými jsou na jedné straně smyslově vnímatelná forma, na straně druhé (více či méně abstraktní) význam, který je v této smyslově vnímatelné formě vyjádřen*“ (Chrz, 2013, s. 223).

Expresie v sobě nese implicitní význam a z touhy porozumět mu vyplývá jeho hledání v expresivním díle. Jedním z úkolů této práce je osvětlit, **jakým způsobem člověk rozumí svému dílu a jak se to děje**. Jaký je vztah mezi expresí a významem, osvětlím v následující podkapitole.

### 1.1.1 Od exprese k významu – metaforická povaha exprese

V minulé kapitole jsem uvedla, že každá expresie v sobě nese význam a zároveň touhu po jeho rozluštění. V expresi počítáme s tím, že význam není explicitně vyjádřen, jako je tomu u konvenčního znaku – např. když nám někdo podává ruku, spojujeme s tímto pohybem gesto seznámení se či přivítání. „*Expresie lze tedy chápat jako specifický druh utváření významu zkušenosti (skutečnosti), který má povahu díla*“ (Chrz, 2013, s. 227).

Význam dáváme své skutečnosti neustále a používáme k tomu nespočet prostředků. Někdy si zkušenost rámuje verbálně. Řeč dává člověku výsadní možnost utvářet svůj svět. Nicméně jakkoli je ve své podstatě nepostradatelná, má i moc klamat, okolů či sebe, nebo obojí. Existují však formy exprese, které poskytují leckdy pravdivější výpověď člověka a o člověku.

Výsadní postavení v expresivních formách mají zejména veškeré přirozené činnosti, které provázejí lidský fylogenetický i ontogenetický vývoj. Je to nepochybně tanec, hudba, výtvarná produkce. Expresivní a multimodální terapie vychází z hypotézy, že už dávní předci užívali při rituálních obřadech všechny formy umění, tudíž poskytují skrz svou zakořeněnost přirozenou cestu k člověku (Malchiodi, 2003). Ačkoli se význam v tomto druhu exprese halí v mlze (na rozdíl od slova nesoucího konvenční význam) a jeho objevování může být dlouhou dobrodružnou cestou, tyto základní výrazové prostředky v sobě nesou niternou výpověď člověka, o níž on sám v době tvorby ještě nemusel mít vůbec tušení. Spousta lidí spontánně tvořících a prezentujících svá díla to vyjadřuje slovy – „jsem

jako nahá“. Tvorba nás tak vyzývá k ponoření se do sfér, kam má běžné vědomí omezený přístup.

Jelikož je význam v expresivní tvorbě obsažen implicitně a v práci se zajímám o to, jak se explikoval, měli bychom nejprve pochopit proces jeho utváření. Již podle Brunera (1990) by se psychologie měla zabývat „procesy utváření významu“, tedy jakým způsobem dáváme své zkušenosti smysl.

Nelson Goodman ve své teorii exprese hovoří o dvou způsobech utváření významu. Buď jde o nálepku, která význam utváří od označení k věci prostřednictvím slova atp., nebo o exemplifikaci, v níž se význam konstruuje od věci k označení prostřednictvím vzorku. Pohyb od věci k označení nazývá obrácenou referencí. Vzorek reprezentuje většinou určitou vlastnost či stav, a to na základě předvedení – Chrz (2013) uvádí výstižný příklad: obraz šedé krajiny jako vzor doslovně reprezentuje šedivost. Aby však obraz mohl symbolizovat například smutek, musí zde docházet k jinému druhu exemplifikace, kterou Goodman nazývá metaforickou (2007). Metaforická exemplifikace umožňuje přenesené vlastnění, což spolu s obrácenou referencí (pohyb od věci k označení) tvoří podle Goodmana (In Chrz, 2013) dva základní principy exprese.

Chrz (2013) inspirován Goodmanem přisuzuje expresi metaforickou povahu, jejíž význam objevujeme skrze interpretaci. Metafora (etymologicky znamená přenášet mimo, za) podle něj „ztvárňuje jako“, ve všech expresivních aktivitách se pak význam ukazuje i skrývá pod metaforickým pláštěm. Metafora umožňuje zpřítomnit to, co aktuálně absentuje, a je referencí, tj. odkazem, k další významové rovině. Chrz (2013) rozvíjí pojetí metafory v návaznosti na Ricoeura a vnímá ji jako smysluplnou souvislost, a zároveň jako odkaz této souvislosti ke skutečnosti. Když se budu držet Chrzova příkladu, smysluplnou souvislostí je, že šedý obraz představuje smutek, odkaz této souvislosti ke skutečnosti může znamenat, jak se smutek vztahuje k životnímu kontextu.

Dozvěděli jsme se, že expresivní dílo nám poskytuje význam skrze metaforické ztvárnění. Abychom se mohli vydat na cestu objevování smysluplné souvislosti a jejích odkazů ke skutečnosti, potřebujeme **reflexi**. Obrátit se zpět k dílu a návrat učinit vědomě. **Jak tento návrat vypadá v dialogu nad dílem, co se v něm děje a jakou roli plní v procesu sebepoznání**, bude předmětem dalších kapitol.

Nyní bych se v krátkosti pokusila shrnout, jak je exprese pojímána v rámci této práce.

**Exprese jako výraz**, „vyjádření něčeho v něčem“. Exprese jako moment, kdy se vnitřní dění tvůrce přenáší do smyslové podoby, jež je zde zúžena na vizuální. Exprese jako dílo, které v sobě nese metaforicky ztvárněný **význam**, jenž je objevován prostřednictvím **reflexe a dialogu**.

## 1.2 Mandala jako specifický prostředek výtvarné exprese

Pro zkoumání výtvarné exprese jsem si vybrala specifický vyjadřovací prostředek, a to mandalu. Pokusím se osvětlit, proč právě ji považuji za významnou a smysluplnou v kontextu této práce.

Nejprve šlo o stanovení jednotícího rámce tvorby pro účastníky výzkumu. Mohlo to být jednotné téma, které by sjednocovalo jejich výtvary. Zadání tématu již v sobě ale obsahuje jistou dávku významotvorné skutečnosti a ovlivňuje směr uvažování. Vzhledem k tomu, že cílem této práce je hledání a objevování významu, mým zájmem bylo poskytnout takový prostor, aby se mohlo vynořit jakékoli téma. Proto jsem si jako jednotící rámec vybrala totožný vyjadřovací prostředek pro všechny účastníky. Z toho vyplývá, že základním spojovacím činitelem byla formální charakteristika výtvarného prostředku (vymezený kruh na obdélníkovém papíře), která má v sobě implicitně obsaženo bazální téma.

Skrytým tématem v mandale je totiž vlastní osobnost tvůrce. Mandala je dlouhodobě využívána mnoha (arte)terapeuty ke zkoumání osobnosti tvůrce. Šicková-Fabrizi (2002) uvádí mandalu dokonce jako jednu z plnohodnotných arteterapeutických metod vedle imaginace, animace, restrukturalizace, transformace a rekonstrukce. Užití mandaly za účelem zkoumání osobnosti tvůrce vyplývá z předpokladu, jehož základy položil C. G. Jung. Dle Junga je mandala symbolem bytostného Já. V kruhovém zobrazení, jež je tradičně symbolem duše, dochází ke sjednocení vědomých a nevědomých prvků osobnosti, což Jung soudí dle kontur jeho konceptu aktivní imaginace, kterému se budu ještě věnovat níže.

V práci navážu na dlouhodobou tradici terapeutického užití mandal a uvedu ho jako **nástroj sebepoznání** a prostředek integrace elementů psychické reality.

*Mandala „může být po právu použita jako hodnotná cesta, nástroj sebepoznání a sebeodhalování“ (Kelloggová In Fincherová, 1997, s. 38).*

Současně zde pro mne existuje ještě jedna neopomenutelná výhoda mandaly, kterou jsem získala zkušeností s výtvarnými projevy mými i ostatních účastníků arteterapeutického kurzu. Jedná se o teoreticky nepodloženou hypotézu, která je značně spekulativní, ovšem v rozhovorech s probandy nabrala na důležitosti. Vymezený kruh na obdélníkovém papíře může zpočátku poskytovat spontánnější prostor pro sebevyjádření, může mu být přisuzována větší volnost. V naší kultuře je totiž hluboce zakořeněna představa, že kreslit se „má“ na obdélníkový formát papíru, který v sobě nese svazující nárok na zobrazení něčeho „hezkého“, nejlépe konkrétního, co bude hodnoceno paní učitelkou, jestli se nám povedlo, nebo ne. Právě strach z hodnocení a nárok na perfektní, technicky zdařilý výtvor brzdí spontánní tvorbu, která je ovšem nezbytnou podmínkou výtvarné exprese. Účastníkům výzkumu bylo vysvětleno, že námi vymezený formát mohou vyplnit libovolnými prvky a tvůrce může objevovat své kreslířské dovednosti v rámci hry s barvami a tvary. V době utváření konceptu práce jsem formát mandaly považovala za méně svazující, co se týká předpokládaného menšího tlaku na výkon, za méně konvenční formát vzhledem ke zvyklostem užití obdélníku a bezpečnější, co se týká možného snížení úzkosti z velké prázdné plochy. Samozřejmě formální úpravou formátu nelze odstranit veškeré vnitřní nároky na svůj výtvor, nicméně lze je redukovat.

Z výše uvedeného mohu konstruovat pojetí mandaly prostupující mou práci. Mandalu vnímám **jako specifický prostředek výtvarné exprese, jehož implicitním obsahem je vlastní osobnost tvůrce, a tak se sebepoznávání stává spojovacím článkem tvorby všech zúčastněných.**

Důvod, proč slovo mandala není obsaženo v titulním názvu práce, je dvojí. Prvním z nich je postupné zužování oblasti zájmu. Nejprve byl nalezen zastřešující pojem, přičemž se z původně širokého záběru vybral jeden z možných způsobů uchopení, tzn., že se mandala v záměru objevila až druhotně. Druhým a zásadnějším důvodem je poměrně pejorativní náhled vědecké obce na pojem mandala. Tento termín se v průběhu minulého století zpopularizoval v laické veřejnosti a jeho užití v názvu práce by mohlo evokovat „omalovánky“ – vykreslování předem připravených



struktur v kruhu jako jednoduchého nástroje relaxace – či léčitelstvím zavánějící přístup. Tomu bych se chtěla vyhnout a představit mandalu v jiném světle.

### 1.2.1 Původ mandaly

Vysledovat původ mandal se stalo úkolem pro mnoho vědců západního světa, ale nebylo možné se přiklonit k věrohodné hypotéze. Nejstarší doložená mandala se datuje do devátého až desátého století a pochází z jeskyní Tunchuang v severozápadní Číně. Výskyt mandal se pojí zejména s asijskými oblastmi – Čína, Indie, Tibet, ale vzhledem k paralelní existenci těchto útvarů v různých částech světa se od hledání původního pramene upustilo (Brauen, 1998).

Slovo mandala pochází ze sanskrtu a v původním významu značí **magický kruh**. Tento výraz označuje širší okruh jevů, než jak ho známe dnes, a jeho vymezení není tak jednoduché, jak by se mohlo jevit. Aby byla naplněna podstata slova, nestačí jej považovat pouze za kruh nakreslený na čtvercovém či obdélníkovém formátu. Kruh jako takový bývá v mnoha kulturách vnímán jako symbol nekonečnosti, cyklického pojetí času. Bývá také zobrazován jako had ukusující si ocas – Uroboros – jedná se o odkaz k pomíjivosti a spojování začátku s koncem.

*„V oblasti náboženských rituálů a v psychologii označuje kruhové obrazy, jejich kreslené, malované, plastické nebo taneční ztvárnění“* (Jung, 2000, s. 125). Brauen (1998) mandalu definuje jako symetrický diagram soustředěný kolem svého středu, jenž je většinou rozdělený do čtyř stejně velkých kvadrantů a skládá se ze soustředných kruhů a čtverců. Nicméně také uvádí, že pojem mandala může označovat i jiné struktury ve tvaru kruhu jako planety, slunce, měsíc, dokonce v jistém ohledu představuje lidské tělo a celý vesmír. Z tohoto rozličného označování můžeme rozlišit čtyři druhy mandal. Dva jsou vnější a dva vnitřní. Vnější jsou stvořeny z barevného písku nebo namalovány na hedvábí a vnitřní se vztahují k mandalám tvořeným meditací a k lidskému tělu. Mandala pak má za úkol sjednotit vesmír s lidskou bytostí, prožít jednotu makrokosmu s mikrokosmem.

Výše uvedené definice vycházejí z filosofie tantrického buddhismu, jenž používá obrázků k vyjádření nejhlubších náboženských pravd (Brauen, 1998).

Mandala slouží jako kontemplativní nástroj v buddhistickém učení, z něhož čerpal C. G. Jung, aby pak mandalu zprostředkoval západní kultuře. Brauen vidí Jungův

obrovský přínos, ale některé jeho interpretace vnímá jako mylné z důvodu omezené znalosti tradiční nauky. Historii kultovní mandaly se Jung věnuje v knize *Mandaly, obrazy z nevědomí*. V textu najdeme prezentaci formální podoby kultovní mandaly. Aby výtvarný artefakt zaujímal funkci mandaly, nesmí chybět kruhové zobrazení, jež je nepostradatelnou substantiální charakteristikou. Další prvky se v průběhu času mění, zejména symetrie obrazu, která v původním užití nechyběla v žádném ztvárnění, je střídána stejně častou asymetrií. Symetrie zobrazení tradičně vycházela z centra mandaly v podobě slunce, hvězdy, kříže se čtyřmi, osmi, či dvanácti paprsky. Často se středové obrazce znázorňují v rotaci, nikoli staticky, tím tedy naznačují směr pohybu duševních procesů – levotočivost obrát do nevědomí, pravotočivost směřuje k vědomí (Jung, 2000).

Mandala jako kontemplativní buddhistický nástroj obsahuje několik tradičních prvků, ale základní struktura i symbolika se liší typ od typu. Nejvýraznějším typem je pak Kálačakra, jejíž vznik se pojí s rituálem sypání barevného písku a jeho následného rozfoukání jako symbolu pomíjivosti. V Kálačakře je palác obklopen pěti kruhy, které představují základní stavební kameny vesmíru – prostor, vzduch, voda, oheň a země (Brauen, 1998). Nádvoří, do něhož vedou čtyři brány, symbolizuje posvátnou uzavřenost a koncentraci. Každá brána má svou barvu (červená, zelená, bílá, žlutá) a je přiřazena k jedné světové straně i psychické funkci (Jung, 2000). V samotném středu nejčastěji sedí rozjímající Šiva objatý Šakti, ženským principem v podobě hada, někdy však božstva bývají znázorněna pouze symbolicky. Dlouhodobým cílem tantrického buddhismu je vědomí světla. Meditující se přibližuje božskému středu a navrácí se k původní jednotě absolutna (Fincherová, 1997).

V současnosti užití mandaly překročilo hranice náboženských rituálů, směřuje nejen k terapeutické změně, ale i k osobnostnímu růstu.

### **1.2.2 Tradice užití mandaly v terapeutické praxi**

Jak již bylo zmíněno výše, do psychologické praxe západního světa mandalu uvedl ne náhodou C. G. Jung. Systematicky se významu a terapeutickému využití mandaly začal věnovat až po zásahu těchto spontánních výtvorů lidské mysli do jeho života. Bylo to v období, kdy byl sám na hraně zdravého rozumu a duševní nemoci. Během svého vojenského působení za první světové války od začátku srpna do konce září namaloval do svého deníku sérii 27 mandal, které tvořil téměř denně (Shamdasani,

Jung, 2010). Již v té době začal tušit dle něj pravý význam „magického kruhu“, tedy jeho zobrazení bytostného Já. Jeho první veřejné vyjádření k funkci a významu mandaly se uskutečnilo v roce 1929 jako součást komentářů k textu *Tajemství zlatého květu*.

Mandalu považuje za most překlenující propast mezi východním učením a západním pojetím světa. Na základě svých zkoumání tvrdil, že se mandaly vyskytovaly vždy a všude, což považuje za jeden z dokladů existence kolektivního nevědomí, a v psychologii se viditelně objevují u pacientů jako spontánní výtvoři (Shamdasani, Jung, 2010). V *Tajemství zlatého květu* se můžeme dočíst o tom, že mandala není jen projekcí duševních pochodů, ale že i samotný výtvar zpětně účinkuje na svého tvůrce jako ohraničení „nejvnitřnější osobnosti“ (Wilhelm, Jung 2004). Vzhledem k cílům této práce můžeme usuzovat, že pomocí mandaly je možné zkoumat osobnost tvůrce a tvorbou mandaly zpětně přispívat k nové integraci vědomých a nevědomých elementů.

Jungova práce na mandalách přináší k jeho zastřešujícímu konceptu aktivní imaginace. Shamdasani v Předmluvě k *Červené knize* (2010) uvádí, že mandala je jednou z forem aktivní imaginace. Jung zkoumal, jak se tyto kruhové útvary spontánně vyskytují u lidí, kteří nastoupili cestu individuace, tedy procesu, kdy se člověk stává tím, kým ve skutečnosti je a má být.

David Miller (2005) se s návazností na tento Jungův předpoklad zabýval otázkou, jak se spontánní kruhové útvary objevují v LMT (Lowenfeld Mosaic Technique – 456 destiček s geometrickými tvary v 6 základních barvách, z nichž má klient sestavit útvar) v důsledku psychoterapeutické změny a doprovázejí tak počínající proces individuace. Naznačuje také, jak zacházet se symbolickým materiálem vystupujícím do popředí díky expresi v neverbálním modu a jak ho využít k terapeutickým účelům.

Jelikož je mandala rozvíjena Jungem v kontextu aktivní imaginace, mnohá vymezení a vlastnosti jednoho se kryjí s druhým, v podstatě jsou tímtéž. Koncept aktivní imaginace je úzce propojen s předpokladem osobního a kolektivního nevědomí, přičemž aktivní imaginace tvoří přemostění od vědomého k nevědomému. Dle Chrze „řadu Jungových formulací lze shrnout takto: *Aktivní imaginace je proces zprostředkovávající mezi záměrnou, vědomou snahou já a spontánní, autonomní aktivitou nevědomí*“ (Chrz, 2011, s. 55).

Aktivní imaginace umožňuje sjednotit celek duševního dění, zobrazuje tak bytostné Já. Díky této metodě se můžeme dostat k nevědomým obsahům, které běžnému vědomí nejsou přístupné, a tak nahlédnout své aktuální vnitřní nastavení v komplexnosti. Vědomí a nevědomí vstupuje do dialogu. Výše uvedené vymezení poskytuje možnosti pro mnoho podob a forem aktivní imaginace – např. představovaný, malovaný, modelovaný obraz či tanec, gesta, divadlo, zkrátka jako „...každé zobrazení symbolu“ (Kastová, 1999, s. 143). Dle Junga se jedná o veškeré tvořivé ztvárnění nevědomých obsahů, které se tak stávají přístupnější vědomému Já. My budeme akcentovat výtvoř výtvarného charakteru.<sup>3</sup>

Užití mandaly v terapeutické praxi se historicky kryje s vývojem dynamicky orientované arteterapie a s obtížemi lze vymezit konkrétní osoby, jež by se věnovaly specificky rozvoji práce s mandalami. Nicméně existuje několik významných figur, které položily základy práce s výtvarným materiálem vůbec, včetně kresby mandal. Nejvýraznější postavou druhé poloviny 20. století, jež determinovala směr arteterapie, je Margaret Naumburgová. Právě ona poprvé užila termín dynamicky orientovaná arteterapie a ve svém přístupu se snažila propojit Freudovy i Jungovy myšlenky. Věřila, že ve výtvarném produktu dochází k symbolické expresi nevědomí, jež může lépe přicházet ke slovu, než pouhou verbální komunikací. Mezi dalšími významnými postavami můžeme jmenovat Rubinovou, Wallaceovou, Schaverienovou atd. (Malchiodi, 2003). Neméně podstatnými jsou v odkazu jungovské psychoterapie i Ingrid Riedelová či Verena Kastová, jež se taktéž věnují práci s obrazem.

Současná jungovská arteterapie vychází z odkazu C. G. Junga a zároveň implementuje poznatky a zkušenosti získané v průběhu minulého století. Michael Edwards (2008) zastává názor, že s obrazem je třeba zacházet nikoli jako se symptomem, ale jako s mnohovýznamovou obrazotvorností, která mluví sama za sebe, pokud ji akceptujeme jako projekci. Edith Wallaceová zase klade důraz na opravdovost představ vycházejících z hloubi nevědomí – musíme jim věřit. Jung sám tvrdil, že naše psychická realita je skutečná, a tak je třeba ji vnímat. Z toho vyplývá, že veškeré produkty aktivní imaginace jako obrazy či představy se nemají

---

<sup>3</sup> Dnes známe pojem aktivní imaginace zejména v užším slova smyslu. Myslí se jím rozvíjení fantazijních obrazů v bdělém stavu, s nimiž se aktivně vypořádáváme (Kastová, 1999). Nechat plynout představy, ale zároveň je pozorovat, což vystihuje taoistické rčení „činit nečiněním“.

zpochybňovat ve své relevantnosti a opravdovosti. Nikdo přistupující vně by se neměl pouštět do hodnocení typu – „tahle imaginace nemůže být pravdivá“. Proto přiblížení se s pokorou k obrazu je jedním z předpokladů poctivého přístupu k výtvarnému materiálu: „*Nikdo jiný, než sám autor, ten, kdo obrazy vytvořil, nemůže cítit lépe, jak mají obrazy vypadat, co by měly popisovat, jaký pohyb by se v nich měl dít a jakou změnu by měly zaznamenat. Pochopit souvislosti svého životního příběhu, získat určitý vhled a schopnost sebereflexe, to by mělo být výsledkem práce s obrazy*“ (Ženatá, 2015, s. 229).

Specificky se na práci s mandalami zaměřila jungovsky orientovaná terapeutka Joan Kelloggová. Po dlouhých osm let pouze sledovala a sbírala mandaly svých pacientů na psychiatrické klinice a zjistila, že mandaly pacientů, kteří se nacházeli ve stejném vývojovém stádiu, obsahovaly shodné motivy. Posléze utvořila systém skládající se ze symbolů, barev a tvarů, které uspořádala ve své teorii životního cyklu. Životní cyklus znázorňuje stadia psychologického růstu, Kelloggová stanovila 12 stádií a později přidala nultou fázi (Buchalterová, 2013). Její vývojová teorie následuje Jungův koncept procesu individuace ve spirále, stejně tak užívá protikladů jako síla/bezmoc apod. Z dlouhodobé zkušenosti s terapeutickým využitím mandal vychází relativně nový diagnosticko-terapeutický nástroj zvaný MARI (Mandala Assessment Research Instrument), jenž je založen na výběru symbolů z 39 plastických karet v podobě mandaly a poté na přiřazení barvy ze 45 karet. Kelloggová tvrdí, že volba je intuitivní a odpovídá určitému vývojovému stádiu.

Mohu jmenovat ještě jednu terapeutku, která věnuje pozornost využití mandal v sebepoznání, Susanne F. Fincherovou. Její přístup je popsán v publikaci *Vytváření mandaly*, v níž se krátce pozastaví u historie mandaly, dále prezentuje proces utváření mandal a dává čtenáři možnost zorientovat se v základní symbolice barev a tvarů, aby tak lépe porozuměl svému dílu. Ovšem charakter přístupu k symbolice je spíše výkladový.

Zmínila jsem pouze několik hlavních osob výrazných v kontextu mandal. I když ji více či méně ve své (arte)terapeutické práci užívá mnoho odborníků, ve většině případů se jedná o dílčí výtvarnou techniku mezi nepřeborným množstvím jiných.

Mé užití mandaly jako specifického prostředku exprese se v mnohém inspiruje výše zmíněnými therapy, ale odráží se v něm i jiná pojetí výtvarného artefaktu více jmenovaná v „Metodologických východiscích“.

## 2 Cesta k významu ve výtvarném artefaktu

V této kapitole bych si chtěla připravit půdu pro stěžejní část práce. Poněvadž mě zajímá, jak se konstruoval význam, jenž vznikl v dialogu, neobejdu se bez základních teoretických pojmů vztahujících se k problematice, abychom se v materiálu dostatečně zorientovali.

Hledání významu můžeme v kontextu výtvarné produkce rozdělit po vzoru Slavíka (1997) na dvě fáze.

- **Exprese.** V expresi dochází k sebeexploraci (sebevyjádření) výtvarnými prostředky, jde tedy o reprezentaci vnitřního světa tvůrce.
- Pro druhou fázi může být přílehlým názvem několik termínů, Slavík ji nazývá **reflexí**, pro naše účely může být použit i termín **dialog nad dílem**. Interpretace by se mohla jevit taktéž vhodným pojmem, nicméně bych tuto fázi interpretací nerada nazývala, neboť v určitých souvislostech, a to zejména arteterapeutických s psychoanalytickým zaměřením, může vyvolávat dojem, že se k dílu přistupuje zvenčí jako k objektu, v extrémním případě, že se významy díla hledají dešifrovacím způsobem a pomocí „výkladového slovníku“.

Slavík (1997) od sebe exprese a reflexe odlišil následujícími kritérii. Podrobněji se jim budu věnovat o pár řádků níže.

	Exprese	Reflexe
<b>Psychický cíl</b>	vyjádřit se, chápat	poznat se, rozumět
<b>Zážitková funkce</b>	estetická	teoretická
<b>Způsob označování</b>	symbolický	znakový
<b>Duševní aktivita</b>	intuice, cítění	diskurz, myšlení

Tab. 1 – Exprese versus reflexe

- Vzhledem k cíli práce si dovolím přidat ještě jednu fázi, již je **analýza**. Analýza nasedá na předchozí fáze a důležitým aspektem je fyzická absence

tvůrce. V této fázi se pokouším hledat způsob rozumění, analyzovat proces pouze na základě kontaktu s utvořenou sérií obrazů a zápisů z jednotlivých setkání.

## 2.1 Výtvarná exprese

První fází je **exprese**, v níž dochází k promítnutí vlastních niterných obsahů do díla, tj. význam je v díle již obsažen a čeká na své vyvedení do jasů vědomí. Co se děje, když jsme expresivní, jsem naznačila již v kapitole věnované principu exprese. V této práci je akcentován produkt exprese, dílo, o němž je veden dialog. Zaměřím se zde na to, co se děje po aktu „vyjádření něčeho v něčem“.

Výsledkem expresivní výtvarné tvorby je expresivní dílo, jež převedlo aktuální intrapsychické prožívání se silným emočním nábojem do umělecké formy díky barvám, tvarům, liniím a kompozici. V tvorbě člověk stojí sám sobě tváří v tvář a „něco“ ho žene, aby dílo dovedl k dokonalosti, tzn. k „dobrému tvaru“, který je přiléhající tomu, co se skrývá za zrakem. Určit vhodnou podobu díla může jen autor.

K dílu přistupujeme jako k nositeli významu, který se snažíme objevit. Chrz expresivní aktivitu chápe jako „dílo utváření významu“, v němž se „...určitá konfigurace v určitém kontextu - prostřednictvím metaforického přivlastnění - stává nositelem struktury mající význam“ (Chrz, 2013, s. 228).

V expresivní tvorbě můžeme podle Chrze (2013) najít dvě elementární formy přeneseného vlastnění – již zmíněná **metafora** a **symbol**. Rozlišit tyto dva pojmy není nic jednoduchého. Chrz je nevidí jako dva protikladné způsoby tvoření, ale jako dva konce jednoho kontinua – o symbolu hovoří, pokud určitá konfigurace odkazuje k hlubšímu smyslu, než je ten doslovný (viz dále), o metafoře mluví v případě, kdy se skrze určitou konfiguraci, která funguje jako vzor, prototyp, nahlíží na něco jiného, kdy to jiné vidíme jako daný vzor.

Vzhledem k tomu, že se v interpretaci výtvarných děl běžně užívá pojmu symbol, zůstanu u něj. Exprese dovoluje svému tvůrci vyjádřit sebe sama v určité formě. Podle mnoha teorií se sebeexplorace děje prostřednictvím **symbolu**, k jehož významu se chýlíme prostřednictvím reflexe.

Symbolem obecně rozumíme výraz jakékoli podoby, který nese nejen zjevný, doslovný význam, ale i význam skrytý, tj. slouží jako reference k něčemu jinému. „Symbol je tedy významová struktura, v níž smysl přímý, primární, doslovný



*poukazuje navíc k jinému smyslu, nepřímému druhotnému, přenesenému, jenž nemůže být uchopen jinak než skrze smysl první“* (Ricoeur In Slavík, 2000, s. 166). Ricoeur tuto vlastnost symbolu nazývá nadbytkem významu, tudíž symbol se stává mnohovýznamovým. Dle Kastové (2000) se v symbolu navíc snoubí jedinečná zkušenost člověka s univerzální zkušeností lidstva. Tím se Kastová hlásí k jungovskému pojetí symbolu. Na rozdíl od psychoanalýzy, která symbol odvozuje z osobního nevědomí, ho jungiáni spojují zejména s kolektivním nevědomím, v symbolu se pak mohou setkávat zkušenosti pocházející z paměti lidstva spolu s osobnostními jedinečnostmi. Tímto přístupem se symbol stává otevřenějším a mnohvrstevnatým, jelikož se neomezuje pouze na celkem jednoznačnou výkladovou interpretaci související s potlačenými pudovými (sexuálními) impulzy.

Symbol však může být nahlížen i z jiného hlediska, a to fenomenologického. Oldřich Čálek (1992) se pokusil o kritické posouzení pojetí symbolu hlubinnými směry a do kontrapozice vnesl symbol fenomenologicky nahlédnutý. Co oběma velikánům vytýká, spolu s Medardem Bossem, je redukce, s jakou k věci přistupují. Freudovi jeho jednoznačnou symboliku pudových tendencí, Jungovi prazvláštní existenci analogických symbolů vyplývajících z neměnných „analogických“ životních podmínek a přírodních rytů. Stoupenci obou směrů by jistě vznesli své námitky k Bossově kritice. Sám Boss se ve své práci snaží spíše obejít bez pojmu symbol a věcem, jež se ukazují, nechává jejich vlastní významy a odkazovací souvislosti. Z jeho způsobu uchopení věcí, jež se ukazují, Čálek vyvozuje fenomenologickou definici symbolu. Symbol je tedy „...*způsob ukazování se, kdy se nadmyslové významovosti a smysluplné souvislosti předvádějí v modu smyslově vnímatelného zpřítomnění daností, které je bezprostředně samy za sebe ohlašují*“ (Čálek, 1992, s. 260). Takto pojatý symbol může kooperovat s teoriemi exprese, jak budou prezentovány v dalších kapitolách. V případě výtvarné exprese se symbol ustavuje pomocí barev, tvarů, linií a kompozice.

## 2.2 Reflexe nad a s dílem

Autor vtiskl sebe sama do díla, jež stvořil, a již mu nějakým způsobem rozumí. Nicméně jde o jakési předporozumění, které je spíše intuitivní a ne zcela vědomé. Ovšem právě toto předporozumění, jakkoli se zdá, že plave ve vzduchoprázdnu, je důležitým přemostěním mezi významem a výrazem, který je jeho nositelem. Nezbytné předporozumění tvůrce, do jehož rozvrhu se snažíme nahlédnout, je tím prvním, co by nás v arteterapeutické práci s výtvarným artefaktem mělo zajímat (viz dále hermeneutika). Práce je zacílena na autorovo rozumění dílu, společné hledání tohoto porozumění a zpracování rozumění ve službě sebetransformace. V této práci není výtvarný artefakt pojímán jako objekt, který se vytrhne ze souvislosti s tvůrcem. Naopak je nejprve nutné s tvůrcem prodlévat u jeho díla, které se nám samo ukazuje, a poté se pozvolna přibližovat porozumění.

V reflexi se k dílu vracíme jiným způsobem, než jakým bylo stvořeno. Dílo se od nás oddělilo a získalo samostatnou existenci. K tomu, abychom se do díla mohli dostatečně ponořit a zároveň se v něm neutopit, je nutná tzv. **psychická**, resp. estetická **distance**. Termín pochází od Edwarda Bullougha, který ji nejprve vymezuje z hlediska známých typů distance (1998). Distance se v uměleckém kontextu dle něj užívá zejména ve třech základních významech – skutečná prostorová distance, která vyznačuje skutečnou vzdálenost díla od diváka; reprezentovaná prostorová distance je znázorněnou vzdáleností v samotném díle, čili perspektivou; a pak je zde distance temporální, která vyjadřuje časovou vzdálenost pozorovatele. Obecným smyslem distance je ale prý ta psychická, díky níž jsme schopni dílo prožívat, ale již ne jako ohrožující. „*Zdá se, že tato distance leží mezi naším vlastním já a jeho afekty...*“ (Bullough, 1998, s. 11). K čemu dochází při psychické distanci? Dochází k „*...vyřazení jevu ze souvislosti s naším praktickým, aktuálním já, a to tím, že mu umožníme stát mimo kontext našich osobních potřeb a cílů*“ (Bullough, 1998, s. 11). Distance nás tedy částečně odděluje od zážitku, zároveň ale vytváří novou zkušenost s ním.

Prostor vzniknuvší v komunikaci mezi dílem a autorem se vyznačuje tím, že prožitek autora není totožný s obsahem obrazu, proto dochází k bezpečné konfrontaci. Nicméně aby došlo k terapeutickému účinku, musí se autor nechat

zasáhnout emočně významným sdělením a nejen se snažit racionálně uchopit dění. Jelikož dílo nabývá funkce symbolu, Kastová říká, že „symbol, kterým se člověk aktivně zabývá, dokáže oživit celou paletu psychických zkušeností od vzpomínek až po očekávání – avšak pouze tehdy, když s ním navážeme emoční kontakt“ (Kastová, 2000, s. 29-30). V reflexi se tedy nacházíme někde mezi obsažením a odstupem.

V reflektivním dialogu se zúčastněný pozorovatel (terapeut) stává svědkem a pomocníkem tzv. hlubinné hermeneutiky (Ricoeur In Hroch, 1992), což je proces sebeporozumění na podkladě schopnosti orientovat se ve světě znaků, symbolů a archetypů. V reflexi, jak je pojmána v této práci, se setkávají tři jsoucna – dílo, tvůrce a zúčastněný pozorovatel, kterého Slavík nazývá komunikativním prostředníkem. Potenciální prostor<sup>4</sup>, který rýsuje trojúhelník mezi Já, Ty a expresivním dílem Ricoeur (In Slavík, 2000) nazývá prostorem tichého zprostředkování, v němž lze společně sdílet, hledat porozumění i čelit osamělosti. Terapeut by měl zaujímat takové postavení, v němž se rovnovážně snoubí ponechání samostatného prostoru klientovi s aktivní facilitací procesu (Kopytin In Štěpánek, 2008).

Zatímco se výtvarná exprese pohybuje ve vizuálním modu komunikace, reflexe přechází v modus verbální, v němž se snažíme uchopit význam pomocí struktur jazyka. Velkou informační hodnotu obou modů podporuje např. teorie dvojího kódování, díky níž se objasňuje odlišnost typu informací ukládaných verbálním a neverbálním modem (Paivio, 1991). Z interakce verbálního a neverbálního modu můžeme čerpat pro terapeutické účely. V arteterapeutické praxi se nezbytným doprovodem tvorby klienta tedy stává verbalizace procesu tvorby i samotného díla, jejímž předmětem je setrvání s výtvarným produktem, jeho fenomenologický popis, za nímž následují otázky terapeuta (Lhotová, 2010). Právě verbalizace nasedající na expresi má za úkol pomoci uchopit klientovi ty stránky duševního života, které se do té doby zdály neviditelné či těžko vyslovitelné.

Zastavím se ještě na moment u toho, co se děje v dialogu s expresivním dílem. Jak jsem již spolu s Merleau-Pontym dříve vyslovovala, v expresi tvůrce propůjčuje své tělo světu. V tvorbě arteterapeuticky laděné klient propůjčuje své tělo světu

---

<sup>4</sup> Koncept potenciálního prostoru formuloval D. W. Winnicot a jedná se o prožívaný prostor „jakoby“ (ve hře, umění apod.), jenž jako schopnost vzniká v průběhu ontogenetického vývoje jedince na základě raných, blízkých vztahů.

vnitřnímu i vnějšímu. Slovo „propůjčuje“ je výstižnější, než se na první pohled může zdát. Jakmile tvůrce dokončí své dílo, sám přesně netuší, co znamená. K tomu, aby se v díle zorientoval, potřebuje několik psychických procesů. V reflexi se autor spolu s terapeutem obrací zpět k dílu, vzpomíná na proces tvorby, co jej provázelo, jaké pocity se k němu pojily a co cítí teď, když o něm hovoří, a přemýšlí o vztahu k životním okolnostem. Nicméně to není vše, co se podílí na daném komplexním ději.

Všemi zmíněnými procesy prochází jako tichý průvodce percepční činitel, vizuální vnímání, a na jeho důležitou úlohu se často zapomíná. Při práci s výtvarným artefaktem však jako hlavní činitel zprostředkovává komunikaci s částmi tvůrčovy osobnosti. Vizuální podoba artefaktu v sobě nese svého tvůrce, nicméně svou samostatnou existenci ukazuje vlastní podstatu svým „způsobem jevení“ (Merleau-Ponty, 2008). Umět se dívat, vnímat obraz v jeho němých poukazech ukrytých v tazích štětce či čarách, dokud se nespojí v celek, z něhož necítíme nahodilost, ač se to nedá rozumně vysvětlit. Tak Merleau-Ponty může tvrdit, že když se naučíme vidět, dokážeme porozumět uměleckému dílu (tudiž i jakémukoli expresivnímu), *„neboť i ono je celkem, jehož význam není takřikajíc libovolný, ale závislý, vázaný na všechny znaky a detaily, v nichž se mi jeví“* (Merleau-Ponty, 2008, s. 59).

Kulka (2008) se taktéž zabývá chápáním viděného. Podle něj se uvědomění významu, jenž je obsažen ve vizuálním podnětu, děje na základě strukturace vjemového pole a několika percepčních úkonů. Utváříme si vizuální hypotézy, jež ověřujeme v procesu analýzy prostřednictvím syntézy. Ověřování hypotéz ve známém prostředí se děje automaticky, aniž se nad ním pozastavíme, ale v neznámé krajině, jako je i výtvarný artefakt, se těžko orientujeme. Kulka zde hovoří o předpokladu vysoké tvořivé aktivity diváka, která se vyznačuje neustálým spontánním vytvářením hypotéz a okamžitým ověřováním, dokud se díky doprovodné slovní produkci nedojde k uspokojivé interpretaci.

Interpretace se podle Slavíka skládá ze dvou částí v případě expresivního díla – z výrazového prvku (to, co je smyslově uchopitelné – tvar, barva, kompozice) a z významu, což je něco, co můžeme označit slovy. Uspokojivost interpretace pro svého tvůrce se dá ověřit pouze pocitem rezonance. *„Umělecky je pravdivé to, v čem se člověk nalézá, vynachází s bezprostředním pocitem: „to je ono“, „to je přesné“, „to chci““* (Čálek in Slavík, 2000, s. 248).

Ve své práci se pokouším o tzv. hermeneutickou interpretaci, Edwards (2008) tento způsob interpretace považuje za přednost jungiánské teorie. Důraz na dialog v užším i širším slova smyslu je součástí tohoto přístupu k interpretaci. Můžeme mluvit o dialogu mezi vědomím a nevědomím, mezi dílem a autorem, mezi autorem a terapeutem. Dialog vysílá zprávy o rozvoji, růstu, léčbě i konfrontaci. *„I to je dialog, kde platí: Nech to k sobě promlouvat. Co Ti to říká? Toto dívání se, kterému musíme věnovat notnou dávku času, je proces o třech fázích. První krok: dívat se v běžném slova smyslu – jen se tak jednoduše dívat na objekt a uvědomovat si, že cosi vzniklo. Druhý krok: Všimnout si, že člověk může vidět daleko víc, než se na první pohled zdálo. Jde o jiný druh vnímání, stále se však váže ke skutečnému vzhledu. Třetí krok: Vidění. Jde o opravdové poznání, odhalení: jde o víc, než můžeme vidět pouhým okem. Zasáhlo mě to, má to nějaký smysl, vypovídá to o něčem, co jsem dříve nevěděl. Obdržel jsem poselství. Vidím svět jinak“* (Wallaceová, 2008, s. 165).

Reflexe nad a s dílem se dá shrnout i pod pojem **symbolický proces**. Tak se nazývá proces pronikání do významového jádra obsaženého v symbolu. Symbol vzniká a vyvíjí se určitým směrem, přičemž směr vývoje je pak možný sledovat v sérii obrazů, jak budeme vidět v následujících kapitolách. Dokonce i pochopení symbolu se neděje jednorázově a náhle, ale spíše se mu postupně přibližujeme (Kastová, 2000). V symbolech spatřujeme odraz našich aktuálních obtíží, ovšem zároveň v nich spatřujeme i možnosti, jak s nimi naložit – *„v obtížích se totiž nacházejí i možnosti vývoje“* (Kastová, 2000, s. 39). Tímto následujeme Jungovo pojetí produktů aktivní imaginace, které v nich vidí nejen zobrazení problematických částí self, ale i možnosti řešení a perspektivy budoucnosti.

Ve výtvarném díle spatřuji taktéž spíše výjev temporálního pojetí času než sukcesivního. Hogenová (2012) nejen v publikaci *K věci samé* ozřejmuje tuto diferenci. Lidská existence se nemůže považovat za čistě kauzální následnost minulosti, přítomnosti a budoucnosti, nýbrž v přítomnosti se snoubí podstatná minulost i možnosti budoucnosti. Proto i expresivní dílo v přítomnosti vypovídá o podstatné minulosti a obsahuje možnosti rozvrhu bytí ve světě.

## 2.3 Analýza

Analýza v mé práci sestává ze dvou fází. První fáze analýzy bude naplněna skrze rozbor jednotlivých kazuistik, jež budou vyprávěny níže. Tato fáze, která nasedá přímo na práci s účastníky výzkumu, se bude skládat ze sjednocení několika výkladových přístupů. Ty představím v kapitole „Metodologická východiska“. Druhá fáze analýzy bude postavena na komparaci kazuistik a souhrnné analýze.

Než se pustím do analýzy kazuistik, představím teoretický koncept exprese v pojetí Chrze a Slavíka (2013), který využiji k explanaci procesu hledání významu v obrazech. Chrz shledává, že „...určitá smyslově vnímatelná (či obrazotvorností nahlédnutelná) konfigurace umožňuje svými vlastnostmi či svojí strukturou (možno říci také svojí konstrukcí), aby na ni byla přenesena struktura něčeho niternějšího, abstraktnějšího, virtuálnějšího“ (Chrz, 2013, s. 228). V našem kontextu to znamená, že dílo jako produkt, jež máme před sebou, si samo svou vizuální podobou říká o význam. To, jakým způsobem je obraz ztvárněn, ovlivňuje jeho vnímání a s tím i význam, který je mu přiřazen. Význam je do obrazu vtisknut, nějak se v něm ukazuje a vyzývá k čtení. My jako pozorovatelé vnímáme smyslově uchopitelnou podobu, která je mostem k pochopení. Expresivní dílo se v aktu konfigurace v určitém kontextu stává nositelem metaforického významu.

Chrz (2013) k vyjádření výše zmíněného procesu uvádí triádu:

- Konfigurace – způsob, jakým je tvořena smyslová podoba díla.
- Struktura – schematická struktura, která je společná obrazu, tak významu. Jedná se o uspořádání částí do celku. Struktura, která napomáhá vyvedení významu díky přenesení vlastní (metaforickému ztvárnění).
- Význam – význam, který je dílu přisouzen, jehož pravdivost se dá poznat jen podle vnitřního pocitu správnosti, rezonance.

Tato triáda kooperuje se Slavíkovým schématem (2000) konstrukce – struktura – ideace (význam) a v zásadě jde o tentýž pohled na expresi. Schéma také koresponduje se Slavíkovým rozlišením výtvarného zážitku na čtyři části: empatickou, prožitkovou, konstruktivní a významovou. Ve výtvarném zážitku je tedy

vždy přítomna osoba, která se k nám obrací, prožitek, jež zažíváme v kontaktu s dílem, vizuální podoba díla a význam, jenž je zobrazen.

Díky tomuto konceptu exprese se ptáme i můžeme odpovídat na otázky: Jakým způsobem dochází k metaforickému ztvárnění v expresivním díle? „*Jak se určité konfigurace v příslušných kontextech stávají prostřednictvím přeneseného vlastnění nositeli významuplné struktury?*“ (Chrzą, 2013, s. 250). K této otázce se také vyjadřuje Edmund Husserl slovy Pokorného (2005), pokud setrváme v intenci na předmět (v našem případě na výtvarné dílo), lze zahlédnout imanentní smysl a stáváme se svědky „autentické struktury vědomí“. „*Struktura svým specifickým způsobem odpovídá struktuře předmětu, k němuž je intence upřena; svým postižením smyslu intence odhalujeme i esenci předmětu, tj. zvládáme proslulé fenomenologické zření podstaty*“ (Pokorný, 2005, s. 295-296).

Chrzą (2013) hovoří o tom, že druh interpretace, který nasedá na teorii exprese a její triádu, vychází přímo z dat (artefaktů, rozhovorů apod.) a pomáhá osvětlit přerod subjektivních prožitků do smyslově uchopitelné podoby. Proto ji použijí k analýze svých dat. Budu se snažit respektovat vynořování z dat a zároveň vycházet z tohoto teoretického pozadí.

Možná nesrozumitelnost výkladu triády bude objasněna v analýze empirických dat, jelikož jsou to připravené teoretické termíny, které svou pravou podstatu nabudou spolu s vizuálními ukázkami.

Pokud bereme strukturu obrazu jako most k porozumění, pak se porozumění děje díky analogii mezi strukturou a životním kontextem osoby. Existuje skrytá analogická spojnice mezi výtvarným vyjádřením a významem, jenž v něm autor objeví – „*vše je analogií...Principy jsou...spíš analogiemi než příčinností*“, říká Hogenová spolu s Komenským (Hogenová, 2012). Díky výtvarné tvorbě můžeme pronikat do významovostí, jež jsou nám v bezprostřední přítomnosti skryty a přitom ukazují životní možnosti, jež člověk neuplatňuje, ale jeho existence vyžaduje (Čálek, 1992).

K interpretaci barev se snažím také přistupovat otevřeně a doptávat se autorů, jaký význam té které barvě přisuzují. Zároveň vycházím z některých analytických symbolik. Okrajově bude k interpretaci symboliky barev a tvarů použit článek Joan

Kelloggové, v němž se zabývá hodnocením mandal (*The use of mandala in psychological assessment*), a kniha Susanne F. Fincherové *Vytváření mandaly*.



### 3 Metodologická východiska

Na počátku výzkumu stála idea sebepoznání ve výtvarné expresi, v níž bude dominovat kvalitativní přístup s několika teoretickými východisky.

Jedním z nich je užití teoretického konceptu exprese (Slavík, Chrz). Druhým je čerpání z per arteterapeutů zejména hlubinně dynamicky orientovaných, kteří díky kumulované zkušenosti dospívají k některým univerzálním charakteristikám symbolů, stejně tak upřesňují práci s nimi (univerzální symboly<sup>5</sup> nepojímám dogmaticky, striktně výkladově, nicméně slouží jako inspirace pro tvůrce obrazu). Hlubinně dynamické ovlivnění je inspirativním rámcem pro práci s výtvarným artefaktem i díky mé vlastní zkušenosti ve dvou akreditovaných arteterapeutických kurzech (Cyklus arteterapeutických seminářů, Systematický kurs arteterapie) a mnohonásobné účasti na arteterapeutických seminářích u ak.mal. Kamily Ženaté.

#### 3.1 Hermeneutický přístup

Základním metodologickým východiskem je hermeneutický přístup. Hermeneutika byla původně užívána pouze pro interpretaci textů, avšak postupně se začala aplikovat na všechny humanitní vědy a přiklonilo se k termínu „interpretativní sociální věda“ (Čermák, 1999). Dle Pokorného (2005) je klíčem hermeneutického přístupu zpracované předporozumění.

Etymologie pojmu *hermeneutika* je rozmanitá, slovo je odvozeno z řeckého *herméneuein*, které původně patrně znamenalo hermovat, tj. napodobovat boha Herma, posla bohů. Z toho vyplývá jeden z významů – vyjadřovat božské věci lidskou řečí. Hermeneutikou se také rozumí překlad z jednoho jazyka do druhého. „*Hermeneutika se jakožto teorie výkladu, teorie interpretace, v dnešním pojetí stává teorií rozumění vůbec*“ (Pokorný, 2005, s. 17).

Martin Heidegger vnímá užívání pojmu *hermeneutika* ve dvou odlišných významech. V jednom se jedná o metodu, čili o souhrn pravidel, podle kterých se má

---

<sup>5</sup> Slavík (2000) rozlišuje obecné (univerzální) a náhodné symboly. Obecné se mohou podle mého názoru vymezit z hlediska různých psychologických přístupů, např. z jungiánského jako projevy kolektivního nevědomí, z kulturně psychologického jako projev podobných lidských struktur determinujících pohled na svět (to, co je člověku vlastní), z fenomenologického jako doklad vlastní existence symbolů. Náhodné symboly se pak rodí z jedinečné zkušenosti určité lidské bytosti.

postupovat při poctivém výkladu. Druhé vymezení je bližší pojetí této práce, myslí se tím myšlenkový proud, který si klade otázky související s lidskou existencí – co to znamená rozumět ve vztahu k bytí (Pokorný, 2005). Výklad nemá ani počátek ani konec. Člověk světu již nějak rozumí, důležitým úkolem je vynést toto tiché rozumění na světlo světa, vyjít z neviděného v temnotě.

Hermeneutický přístup se vyvíjel postupně, tak, jak jej shrnul například Paul Ricoeur ve svém díle *Úkol hermeneutiky* (2004), v němž se orientuje na specifika humanitních věd. V prezentaci těchto specifík akcentuji situaci setkání tvůrce – dílo – participující pozorovatel.

Jakkoli významným přínosem přispěl a základy hermeneutice položil Wilhelm Dilthey, zůstal uzavřen v deskripci difference mezi přírodními vědami a duchovědami.

Na samotnou podstatu lidského setkání pak kladl důraz Martin Heidegger, jenž pracoval s plynutím triády situace–rozumění–interpretace a zabýval se mj. tím, jak se ukazuje význam. První fází rozumění je zorientování se v situaci a rozvinutí životních možností, nikoli hledání nezávislého smyslu. Pozadí, z kterého rozumění vychází, je předporozumění a anticipace pobytu, což se často spojuje s interpretační metodou hermeneutického kruhu. Hlavním předpokladem rozumění je naslouchání, pokud jsme porozuměli, uslyšeli jsme. Vyjít z věcí samých a rozvinout předporozumění prostřednictvím dialogu, v řeči, v níž se střetává a zároveň sjednocuje Já a Ty.

Dalším, kdo rozvinul pohled na hermeneutiku, byl Hans Gadamer. Ten projevil pohoršení nad odcizujícím odstupem, jenž se užíval (a mnohdy se s ním pracuje i v současnosti na základě požadavku objektivního přístupu) nejen v psychologii. Právě dikce „objektivního“ přístupu k člověku byla nesena touhou přiblížit se přírodním vědám. K člověku však nelze přistupovat jako k objektu. Gadamer si kladl otázku, jak překonat propastnou úžinu mezi odcizujícím přístupem a příslušnou zkušeností, což je okamžik zanoření ve skutečnosti. V estetické situaci to znamená uchvácení dílem oproti následnému provedení soudu o něm. Gadamer užívá termínu hermeneutická zkušenost, v níž hraje prim splývání horizontů, současné působení participace a odstupu. Splývání horizontů popisuje Gadamer (In Ricoeur, 2004) jako komunikaci na dálku mezi dvěma vědomími pomocí protínání pohledů upřených do dálky a do otevřenosti. Možná spíše přijímá, než překonává,

napětí mezi vlastním a cizím. Ricoeur v Gadamerově díle však shledává rozpor mezi alternativami metodologického přístupu, v němž člověka ztratíme, a splýváním horizontů, na základě kterého musíme rezignovat na objektivitu humanitních věd. Tento rozpor se snaží překonat ve svém díle prostřednictvím participujícího pozorovatele.

Jaroslav Hroch (2009) se pokusil přiblížit vývoj tzv. filosofické a hlubinné hermeneutiky. Základy hlubinné hermeneutice položil C. G. Jung, mezi další zástupce se řadí i James Hillman. Co Hroch považuje za společné rysy těchto dvou hermeneutických proudů, je dialektická koncepce zkušenosti a koncepce času.

Dialektika v tomto pojetí znamená kontinuální otevřenost vůči novým zkušenostem ve smyslu otázky. Přítomnost otázky předjímá vícero možností pobytu. Hlubinná hermeneutika přináší nový (staronový, jelikož Jung vycházel z Hérakleita) rozměr, protože přizvala do hry sílu protikladů a jejich regulativní funkci. Enantiodromie, jak je nazývána regulativní funkce, vyvažuje tendenci k jednostrannosti, její projevy můžeme spatřit ve všech oblastech života – např. přestože si leckteří vysoce postavení manažeři myslí, že jejich život je určován ryze racionální úvahou, o to více jsou vláčeni svými nevědomými hnutími. Dalším společným bodem je koncepce času – cyklické a synchronicitní pojetí času, nikoli kauzální a lineární. Časoprostor, v němž je možno bod propojit s více dalšími body, nikoli jen A a B, je akauzální. V přítomnosti se zračí minulost i rozvrhuje budoucnost, přítomnost lze plně zakoušet jen skrze vědomí smrtelnosti. Čínské přísloví říká: „Minulost je průzračná řeka, budoucnost je temný lak, přítomnost je perla ve tvých dlaních“.

Někdy se o hlubinné psychologické hermeneutice hovoří jako o strukturální. Kolektivní nevědomí je součástí základní struktury světa, z níž vyvěrají mnohovýznamové archetypální výjevy nesoucí vlastní intenci. Archetyp si právě svou strukturou může říkat o slovo, o vyjádření v dialogu s dílem, nad dílem.

Procesem i cílem hlubinné hermeneutiky je hermeneutická interpretace založená na již výše zmíněném dialogu. Výklad čili interpretace může být užitečná pouze v případě, že se pacientovi/klientovi zdá, že to „souhlasí“, a když mu pomáhá lépe porozumět sobě a svému chování. Ludvík Běťák ve svých přednáškách tento jev nazývá principem evidence – nároku na pravdivost je nutno ustoupit ve prospěch souhlasnosti. Podle Slovníku analytické psychologie (Müller et al., 2006) je průběh

interakce mezi dílem, autorem a terapeutem nazýván dialektickým procesem, výklad je pak výsledkem společného úsilí o porozumění. Výklad v sobě zahrnuje čtyři podstatné kroky, řekněme východiska (Müller et al., 2006, s. 455):

- Prožitek má přednost před výkladem, doporučuje se prožitek rozpracovat dalšími kreativními prostředky (Slavík hovoří o expresivní interpretaci)
- To, co se jeví jako podstatné, abstrahujeme a přiřadíme význam, jenž zohledňuje smysl a emoce
- Propojení s aktuálním životním příběhem klienta, konkrétními životními událostmi a případným konfliktem
- Dotaz na vztah mezi aktuální situací a původním symbolem

V mém způsobu práce se snažím akcentovat hermeneutický přístup, který v sobě nese otázku, jak rozumíme sami sobě. Exprese ve smyslu sebevyjádření a následné porozumění můžeme jmenovat jako jedny z klíčových témat hermeneutiky.

Díky hermeneutickému přístupu se budeme snažit překonat rozdíl mezi verbálním a neverbálním modelem komunikace. Obrazový materiál se nám stane výchozím bodem pro sebeporozumění. Nestrukturovanou primárně prožitkovou zkušenost, s níž přicházejí tvůrci obrazu, se pokusíme převést do vědomější, strukturovanější, smysluplnější roviny, což Čermák (1999) vnímá jako základní charakteristiku hermeneuticko-narativního přístupu.

### 3.2 Výběr vzorku

Na arteterapeutickou práci s klientelou s různými problémy (lidé s duševním onemocněním, se smyslovými vadami apod.) vzniklo již mnoho prací, ne však mnoho na téma sebepoznání u „zdravých“ jedinců. Začalo mne tedy zajímat, jaký přínos může mít systematická práce s výtvarným materiálem pro „zdravého“ člověka, který hledá. Kdo hledá a co? Hledají všichni a každý v určité fázi života něco jiného. Jednou ze skupin, která intenzivně hledá, nachází se na křižovatce života a teprve konstruuje sebe sama, jsou lidé na prahu dospělosti. V práci budu používat pro toto vývojové období termínu raná dospělost jako označení přechodové etapy mezi adolescencí a plnou dospělostí. Více se tomuto vymezení z hlediska vývojové psychologie budu věnovat v „Souhrnné interpretaci“.

Výzkum začal výběrem tří účastníků, kteří prošli procesem s téměř totožnou strukturou, jež se lišila jen na základě jejich jedinečných životních zkušeností a horizontů. Základní kritéria výběru tvořil věk, zájem o sebepoznání a výtvarnou produkci, odhodlání k dlouhodobé spolupráci a naše vzájemná znalost.

Bazálním kritériem ke stanovení cílové skupiny raných dospělých bylo věkové rozmezí, které ohraničilo studium na vysoké škole (nakonec se ustálilo v intervalu 21-23 let).

Začala jsem se tedy porozhlížet ve svém okolí a nakonec vybrala tři lidi, které jsem oslovila. V kazuistikách budou vystupovat pod jmény Julie, Štěpán a Eliška. Eliška mne zaujala svou dlouholetou zkušeností s výtvarnou expresí a lehkostí s jakou přistupovala k tvorbě. Julie vzbuzovala zájem naopak svou „nepolíbeností“ výtvarnem, ačkoli se běžně expresivně vyjadřovala skrze hudbu. Poté jsem hledala zástupce mužského pohlaví, jenž by byl ochoten podstoupit spolupráci založenou na otevřenosti a výtvarné tvorbě, což splňoval Štěpán.

Cílem je upřednostnit případovou studii založenou na dlouhodobosti, kontextu a hloubce spíše než na jednorázovém zkoumání výtvarné exprese.

### 3.3 Postup výzkumu

Vybraným účastníkům byl vysvětlen průběh naší spolupráce. Spolupráci je možno rozdělit do šesti částí, jejichž obsahy v podobě sebraných dat jsou k nalezení v „Přílohách“.

- 1. Vstupní rozhovor.** Celému procesu tvorby předcházel polostrukturovaný vstupní rozhovor, v němž jsme hovořili o očekáváních, aktuálních obtížích či tématech, jimiž se účastníci momentálně zabývali, a také jsme se zaměřili na jejich zkušenost s výtvarnou expresí. Celé znění rozhovorů lze najít v „Přílohách“.
- 2. Proces tvorby mandal.** Po rozhovoru následovala hlavní část výzkumu. Účastníci dostali za úkol každý týden nakreslit jednu mandalu. K tomu měli použít čtvrtku formátu A3, obkreslit kruhový útvar s průměrem cca 30 cm a kruh vykreslit pastelkami. Sdělila jsem jim, že se bezprostředně před kresbou mají pokusit uvést do mírně relaxovaného stavu (což samozřejmě za každých okolností nelze), tzn. pohodlně se usadit, zavřít oči, zklidnit své myšlenky a nechat rozehrát své představy. Jakmile se jim objevila barva či tvar, měli představy rozvíjet na papíře. 20 mandal bylo stanoveno jako finální množství. Všem zúčastněným jsem doporučila, aby si paralelně s tvorbou mandal vedli deník s poznámkami o prožitcích a myšlenkách, které doprovázely kresbu. (Deník po celou dobu vedla pouze jedna účastnice, ostatní psali poznámky nárazově, aby jim pomohly zpřítomnit důležité pocity).
- 3. Společná setkání.** Jednou za čtrnáct dní pak probíhalo pravidelné individuální setkávání nad tvorbou a společně jsme se snažili dílu porozumět, popř. jej vsadit do životního kontextu. Z těchto setkání vznikaly zápisy, jejichž shrnutí bude součástí práce. Všechny mandaly jsou zobrazeny v „Přílohách“.
- 4. Výběr pěti nejvýznamnějších mandal.** Poté, co bylo provedeno všech 20 mandal a proběhla související sezení, účastník dostal za úkol vybrat 5 nejvýznamnějších mandal, které by mohly reprezentovat celý proces.
- 5. Příběh.** Na základě výběru 5 mandal měl každý z probandů sepsat příběh libovolného žánru, jenž by proces shrnul, představil.

6. **Závěrečný rozhovor.** Závěr tvořil nestrukturovaný stručný rozhovor, který monitoroval názor účastníka na přínos procesu pro jeho život.

### 3.4 Formulace výzkumné otázky

V celé kapitole „Otevření problematiky“ jsem směřovala k formulaci výzkumné otázky, která se v různých náznacích již několikrát objevila. Představila a definovala jsem pojmy, z nichž vycházím. Princip exprese jsem spolu s Chrzem vymezila jako „vyjádření něčeho v něčem“, což ve vztahu k mé práci znamená **vyjádření niterných obsahů v mandale jako specifickém výtvarném prostředku sebepoznání.**

Cílem práce je odpovědět na okruh otázek týkajících se toho, jakým způsobem dochází k uchopování vnitřních prožitků prostřednictvím výtvarného projevu a jak se v tomto procesu konstituuje význam ve verbální komunikaci nad dílem. Nejen že pozornost koncentruji na výtvarnou expresi, ale i na sebepoznání a (sebe)transformaci, která se projevuje na obsahové i formální rovině.

#### **Základní výzkumná otázka zní:**

Jak se stalo, že tvůrce mandaly porozuměl obsahu svého výtvoru?

V kontextu exprese mě zajímá, co se v setkání s dílem a nad dílem odehrávalo, že autor objevil určitý význam a popř. se s ním ztotožnil.

#### **Přidružené výzkumné otázky mohou znít:**

Jak vypadal výtvarný artefakt, do něhož tvůrce promítl své aktuální prožívání? K čemu z životního kontextu se význam vztahoval? Jaký byl charakter témat a jak se témata vyvíjela?

V kontextu sebepoznání se soustředím na to, jak se objevení významu promítlo do tvůrceva života a jak vypadal proces sebepoznání a sebetransformace, pokud k nějaké došlo.

## 4 Sebepoznávání a sebetransformace jako proces

V předchozích částech jsem kladla důraz na uvedení do tématu. Nastínila jsem, jak se vztahuji k expresi a expresivitě, jak se rodí porozumění v dialogu na obecné rovině a co je mým cílem. Nyní přistoupíme k zásadní otázce, a to, jak se konstrukce významu projevuje ve své komplexnosti v sérii obrazů, jak ovlivňuje vnímání sebe sama a jakou roli plní v procesu sebepoznávání.

Když si položím otázku, co se onen půlrok, kdy jsme se s probandy scházeli nad výpověďmi z nitra, odehrálo, okamžitou asociací je **příběh**. A právě proto, že se snažím zachytit plynutí řekou života, usiluji o to, aby analýza dat čtenáře zasáhla jako příběh. Jako svědectví života lidí, kteří mi s důvěrou vložili dlaň do dlaně a umožnili projít s nimi kus cesty. Někdy jsem byla jako tichý pozorovatel a s údivem sledovala jedinečnost jejich příběhů, jindy jako průvodce ukazovala pohled zvenčí nebo jsme si jen tak hráli. A proto se tady pokusím slovy na papíře rozehrát příběh každého z nich, tak jak jsem jej mohla zahlédnout.

Kazuistiky, které vycházejí zejména z podrobných zápisů ze setkání, respektují chronologickou následnost mandal. V samotném textu práce se snažím vystihnout podstatu jednotlivých obrazů, což je ovšem práce velmi nelehká vzhledem k bohatosti příběhů a nasbíraného materiálu. V tomto textu je umožněno nahlédnout pod pokličku jednotlivých příběhů, ovšem celé znění zápisů nebylo zařazeno do rigorózní práce kvůli velké obsáhlosti. V „Přílohách“ se však nacházejí rozhovory, které mohou poskytnout alespoň trochu hlubší ponoření. V „Přílohách“ se také nachází největší bohatství účastníků, což je samotný obrazový materiál, který je stěžejní pro prezentaci. Při čtení následujících kazuistik doporučuji prohlížení daných mandal. Vstupní rozhovor sloužil jako brána do dění, závěrečný rozhovor byl brán jako forma zpětné vazby. Příběh k pěti nejvýznamnějším mandalám jsem použila v textu práce jen jeden pro ilustraci expresivní interpretace, jež bude vysvětlena v příslušné části.

K prezentaci jednotlivých kazuistik používám metafory příběhu a jeho jednotlivých fází, s použitím třech základních – expozice, zápletky (kolize) a vyústění. Expozice poskytuje uvedení do životního příběhu, zápletky promítá složitost dění ve vnějším i vnitřním světě a vyústění představuje závěry, k nimž jsme společně došli.



## 4.1 Kazuistika č. 1 - Julie

### *Expozice*

V době, kdy jsme se s Julií poprvé sešly, abychom zahájily naše pravidelné půlroční setkávání, studovala druhým ročníkem na vysoké škole a bylo jí 21 let. Byl to také druhý rok, kdy opustila své domácí prostředí, aby začala studovat v jiném, vzdálenějším městě. Ještě před prvním setkáním souhlasila se svou účastí na mém výzkumu pro diplomovou, potažmo rigorózní práci, ale na definitivní souhlas jsem čekala až po vstupním rozhovoru.

### **Vstupní rozhovor**

Zpočátku se projevila drobná nervozita na obou stranách, a tak jsme rovnou začaly hovořit o jejích očekáváních, zkušenostech s výtvarným projevem či mandalou a aktuálních tématech, jimiž se zabývá a která by zároveň mohla pronikat do obrazů. Hovořily jsme o zodpovědnosti za sebe, za svůj život i za ostatní, o pochybách o sobě samé a touze zavděčit se ostatním. Svou účast na výzkumu Julie považovala za výzvu. Výzva ve smyslu poznávání sebe sama i v sebevyjadřování pomocí barev a tvarů, s tím neměla velkou zkušenost. Vstupní rozhovor jsem považovala za vstupní bránu do nově ustaveného společného prostoru, hlavní část započala vytvořením první mandaly, což se ukázalo jako tvrdý oříšek.

### ***Zápletka - proces sebeexplorace a sebereflexe***

Tušená témata, jichž by se celý proces mohl týkat, byla sice naznačena ve vstupním rozhovoru, ale vynořovala se a ujasňovala postupně. Díky obrazům, díky dialogu nad nimi.

Začínáme. Potkáváme se nad prvními dvěma obrazy. Moment prvního, nejistého uchopení pastelky do rukou se odehrál na několik pokusů. Až po mém průběžném ujišťování, že nejde o umělecké dílo s požadavkem přesné symetrie, se napětí uvolní a na papíře se objeví první kresba.

Díky první kresbě jsme navazovaly kontakt a ustavovaly bezpečné prostředí tvorby a dialogu. V tomto obraze se stalo stěžejním problémem téma otevření se. Jak můžeme vidět na **mandale č. 1** (viz přílohy), obraz je vyplněn motivy, které jsou umístěny v uzavřeném útvaru, do něhož se skrze obranu nelze dostat, vzdáleně dokonce připomíná embryo. Tato zobrazená uzavřenost ovlivnila další úvahy. Ačkoli

jsme se s autorkou znaly již z předešlé doby, objevila se obava z „odhalení“, čili strach z toho, co se v kresbách ukáže, a strach ukázat se taková, jaká doopravdy je. Tímto se nastolilo téma otevření se s důvěrou druhému člověku ve své přirozenosti. Vznik další mandaly pokračoval ve stejném duchu.

**Druhé mandale** předcházelo několik „nepodařených“, respektive nedokončených, pokusů. Vrátily jsme se tedy k úvaze, proč nemohly být dokončeny. Jejich součástí byl motiv oka, jenž pro autorku znamená symbol brány do nitra, což pro ni bylo ohrožující. Ukázala by se tak cele, aniž by měla možnost korigovat míru otevření se. Proto nakonec zvolila méně ohrožující formu. Kvůli mé poznámce, že žlutá a modrá, jež tvoří základní barvy obrazu, se leckdy v analytických kruzích spojují s otcovským a mateřským principem, se vynořil význam očekávání rodičovských postav, nejen těch reálných, ale i internalizovaných. Jaká očekávání tyto rodičovské postavy obsahují, jaká vnitřní díkce z nich vyplývá, jak je naplnit a nezklamat, jak se od některých oprostít?

V návaznosti na první setkání se autorce zdál sen:

Já, Julie a skupina lidí jsme seděli u dlouhého stolu, u něhož byly tři těhotné ženy. Jednou z nich jsem byla já, druhou ona a třetí nějaká neznámá dívka. Zatímco já jsem seděla, spokojeně se usmívala a držela za břicho, ona to tajemství nikomu nesdělila. Skrývala své těhotenství a pořád těkala po ostatních, zda nedošlo k prozrazení. Posléze se vzbudila s pláčem a pocitem, že má v břiše dítě.

Pozastavím se u hypotetického významu snu. Ze snu může vyplývat, že nás dvě něco spojuje, tzn. těhotenství, sdílíme něco nového, co se má narodit. Já jsem v očekávání tohoto „nového“ šťastná a připravená odhalit to okolí, zatímco Julie to skrývá, nechce tuto informaci ventilovat, bojí se prozrazení a reakcí ostatních. Autorka se bojí odhalení a reakcí ostatních na tuto skutečnost. I z toho můžeme usuzovat, že otevření se někomu jí dělá starosti, sama to komentuje slovy, že se nikdy neodhalovala „takhle do hloubky“. Zároveň se dětské postavy ve snu dají nahlížet jako dětské součásti Já. Může se jednat o předzvěst „rození“ dětského Já, které se chystá projevit. Zároveň s tím jsou však přítomné obavy.

**Třetí mandala** nám přinesla poselství stěžejní pro celý proces. Její hlavní role spočívá v tom, že se zpřítomnila touha po vymanění se z primární rodiny a po

nezávislosti v podobě modré koule, která se oddělila od natěsnaných „puzzlíků“ a s níž se Julie identifikovala. Popsala ji jako vznešenou. Význam uvězněnosti v „puzzlících“ byl prožíván s velkou intenzitou a důrazem, až se vryl pod kůži i mně a bylo evidentní, že se jedná o palčivou a zásadní problematiku, která si jistě ještě řekne o slovo.<sup>6</sup>

**Čtvrtá mandala** nám přinesla něco docela jiného a zpočátku se nejevila žádná souvislost s předchozími výtvary. Do hry vstoupila velká energie a živelnost v podobě ohnivých plamenů žlutooranžové barvy. Oranžová je často v arteterapii a artefietice vnímána jako vlastní aktivita a odvaha k sebeprosazení. Nejprve jsme živelnost uchopovaly samostatně, postupně se ale projevil kontext. Můžeme ji považovat za zdroj energie pro naplnění autorčinných tužeb a momentálních cílů. Julie projevila dostatek síly k dosažení změny, zejména pro osamostatnění se.

Další, **pátá mandala**, opět nasvítla téma svobody, volnosti, emotivity. Prim hrají dva motivy, vlčí mák a motýl. Vlčí mák, s kterým se autorka identifikuje, stojí sám na louce a Julie mu přisuzuje význam volnosti a živé emotivity. Motýl k nám přichází jako posel z jiných sfér, jenž přináší novou inspiraci do Juliina života.

Příliv nového větru se nám vynořuje v dynamické **šesté mandale**. Předzvěst změn v životě představuje momentální nerovnováha vnesená do stojatých vod každodennosti. Tak je autorkou charakterizován obraz, jehož dvě téměř identické poloviny předěluje zvláštní vlna „narušitelka“. Autorka touží po nových příležitostech, a ačkoli je nerovnováha vnímána zatím spíše nepříjemně, jde o „pohyb, který už je nutný“ a změna je žádoucí.

Nerovnováhu, při které se Julie ošívá, střídá protikladně klid zpodobněný v **sedmém obraze**. Mandalu charakterizují pečlivě vykreslené detaily, jež evokují páva či labuť. Oba ptáci jsou dle autorky nositeli vznešenosti a sebejistoty. Obraz disponuje vzhledem k barvám velkou energií, zároveň však i klidem, s nímž byl obraz trpělivě utvářen.

**Osmá mandala** se s blížící polovinou utvořených kreseb stala významným předělem zaznamenaným mnou i Julií. Julie mi začíná důvěřovat, takže můžeme spatřit doširoka rozevřenou květinu, která je prý rozpracovaným vlčím mákem. Autorka spontánně při popisu obrazu artikuluje vlastnosti květiny, která je otevřená, vznešená, sebejistá. Mák má dostatečnou sebejistotu k sebeprosazení a dokáže být

---

<sup>6</sup> Podrobně se analýze této mandaly budu věnovat ještě v následujících kapitolách.

sám sebou, aniž by se přede mnou či jiným pozorovatelem skrýval. Jak se prohluboval důvěrný vztah mezi námi, v Julii se akumulovala odvaha ke znázornění obávaného oka.

Na **deváté mandale** ho můžeme zahlédnout, nicméně je stále maskováno do podoby květiny. Julie se noří hlouběji a pouští diváka do zákoutí své duše, i když ještě s pozůstatkem strachu z odsouzení. Záleží jí na tom, aby byla viděna v lepším světle, a zabývá se tím, co si ostatní o ní myslí. Dalším nahlas vysloveným možným významem oka je podle Julie vhléd, díky němuž může lépe porozumět sama sobě.

**Desátá mandala** se otevřeně přiznává k nepříjemným emocím, což mne velice překvapí. Takový náhlý, rychlý spád jsem nečekala. Desátá mandala je silně nabitá prožívaným vnitřním konfliktem, který vyvstal z konkrétní konfliktní situace, kdy si Julie nebyla schopná jasně vymezit hranice a opět se snažila vyhovět ostatním. Kvůli tomu prožívala vůči sobě vztek a pocit viny. Energii můžeme spatřit, jak v provedení, kdy je patrný větší tlak na tužku, tak na volbě barev i zobrazených motivů. Tvůrkyně spíše věnovala pozornost samotné čáře než promýšlení celkové kompozice obrazu, která je velmi jednoduchá. Dostaly jsme se přesně do poloviny a s napětím očekáváme, co nám sdělí další obrazy.

Přesně v polovině nastala očekávaná pauza, jelikož přicházely prázdniny, a dosáhla dvou měsíců. Délka pauzy způsobila hořké zpětné vplutí do procesu. Julii při kresbě **jedenácté mandaly** přepadla nespokojenost s tvorbou. Prý nedokáže věrohodně ztvárnit své představy. Dávala to do souvislosti s běžným životem, v němž má barvitě představy a očekávání, nicméně je prý není schopná plně realizovat. S nenaplněnou touhou po dokonalosti se rozvíjí nespokojenost způsobená zejména velkými nároky na výkon, nikoli nedostatečným provedením. Současně v ní sídlil pocit privace - nedostatek pohybu v jejím životě, stále byl také aktuální pocit uvězněnosti v životní situaci. Uvězněnost Julie asociovala s hvězdami ukrytými v trojúhelníku uprostřed obrazu, který by potřebovala jejími slovy „rozcvrknout“. Jakoby se znovu oživilo téma třetí mandaly s „puzzlíky“ byl zapomenut vývoj dosud viditelný v obrazech.

**Dvanáctá mandala** navázala zpět a s radostí na obou stranách jsme mohly pokračovat v dalších malých příbězích. Díky dvanáctému obrazu se autorka navracela do dětství a vyplouvaly vzpomínky na její působení v dětském pěveckém sboru, kde zažívala ryzí radost. S příjemnou nostalgií, jež je ztělesněna v podobě

svíce a peří, rozpoznala, že se „přesouvá na druhou stranu“ a touží po tom, aby v dětech, s nimiž pracuje, vyvolala tentýž šťastný pocit. Svíce a peří dýchají atmosférou „útulného domova“, v němž Julie poslouchala staré nahrávky a sama se loučila se svým dětstvím.

V **třinácté mandale** si znovu řekla o slovo modrá koule a opět zaujala zásadní postavení v celém prostoru. Julie se opět s koulí identifikovala a popisovala pohyb zleva doprava, jenž může vyjadřovat časovou kontinuitu z minulosti do budoucnosti či pohyb z nitra ven. Vzhledem k tomu, že kouli zdobí malé vlnky, jež připomínají žilky oka, spolu s představou pohybu se vynořila idea, že se Julie obrací sama k sobě a také uvnitř hledá odpovědi, jež jsou v ní obsaženy. Hovořila o tom, že se momentálně snaží vycházet více z vlastních potřeb než z očekávání ostatních a díky tomu se cítí samostatnější a méně závislá.

Navazující **čtrnáctý obraz** se vrací k motivu oka, jenž je dokonce centrován. V důsledku toho se vertikála jeví výraznější než horizontála, která dominovala v předešlých obrazech. Zatímco horizontála se dává do souvislosti s okolními vztahy, vertikála s vnitřním životem, jemuž autorka přiznává stále větší důležitost. V životě Julie se aktuálně dějí velké změny jako stěhování, zařizování bytu, změna zaměstnání a vše dohromady tvoří prožitek větší ukotvenosti, samostatnosti. Tento pocit ve mne vyvolává i samotný pohled na naproti sedící Julii. Předě mnou totiž sedí sebevědomá dospělá žena, která aktivně mění svůj dosavadní život.

To, že Julie uchopuje život do svých rukou, dokládá i **patnáctý obraz**, na němž můžeme vidět několik koulí, které mají představovat dominantní oblasti Juliina života - bydlení, rodina, hudba, přátelské vztahy. Všechny se točí v rovnovážném systému, každá za sebe, ale společně. Julie poukazuje na rozdíl oproti „puzzlíkům“, nejde o řád, jenž svazuje, nýbrž o reciproční systém, v němž platí, čím víc dává, tím víc dostává. Pociťuje tak uspokojení a svobodu. Královskou modrou opět spojuje s vznešeností.

Podobu a význam **šestnácté mandaly** ovlivnila nečekaná událost, příchod nemoci. Odvracíme se tedy od předchozích témat a spíše se zabýváme truchlením vyvolaným danou skutečností. Julie však neupadá do rezignace, naopak vyjadřuje odvahu zvládnout nemoc vlastními silami a hledá zdroje sama v sobě. Projeví se tak tendence opečovat se, regenerovat se, což lze spatřit i ve světle zeleném odstínu, ten je spojován přírodou a často jej používají pracovníci pomáhajících profesí.

**Sedmnáctá mandala** znovuožívuje již dříve artikulovaná témata. Julie si klade otázku, jak zodpovědně a seriózně zastávat roli učitele a zároveň nepodlehnout falešné vážnosti a být sama sebou bez přetvářky. Ještě další dva dny po setkání uvažovala nad tím, jak si pro sebe uspokojivě ustanovit kompromis mezi vážností spojenou s mocenskou pozicí učitele a zaměstnance (tlak společnosti směřuje k „serióznímu“, ale trochu úzkoprsému vystupování) a mezi nezodpovědností, jak Julie nazývá svou osobní lehkovážnost, která však jejímu vystupování dodává na lehkosti.

Jak se Julie významně zabývala prožitkem vážnosti, vystřídala ji dětská hravost a zvědavost, jež vyvěrala z **mandaly osmnácté**. Právě způsobem vyprávění a fascinací „obyčejným“ plátkem pomeranče vytvořila Julie metaforu ke svému obecnému přístupu k životu. Zkoumá totiž věci, které se běžnému dospělému oku jeví naprosto samozřejmé. Tvůrkyně prozkoumává svět kolem sebe a ve zdánlivě obyčejných věcech spatřuje jejich jedinečnost, také ke všemu budoucímu přistupuje s pozitivním očekáváním. Autorka říká, že si potřebuje hrát, znát více pohledů, které nabízejí i změny v nahlížení pomeranče, a *„všechno nemít jen racionálně odůvodněný“*.

To, co přivála předposlední mandala, **devatenáctá**, je vyvrcholením veškeré tvorby. Obsahuje všechna témata i zásadní motivy, jimiž jsme se zabývaly po celou dobu spolupráce. Vzniká dojem, že čtverec s oblými hranami ve středu je vlastně spojením čtyř modrých, královských koulí. Červené květy zase korespondují s vlčím mákem. Prvky, které nás z mandaly zaujaly nejvíce, jsou modré půlkruhy na okraji obrazu. Julie spontánně popisuje, že obraz může zůstat otevřen a ukázat se v celé kráse (postupuje symetricky od středu a je pečlivě vykreslen), nicméně tvůrkyně může za modré půlkruhy zatáhnout a tak uzavřít nitro do modrého pytlíku. Jakoby se před námi otevíral a zavíral obsah modré koule, jež se nám v měnících se podobách vracela v celém průběhu. Nejvýznamnějším přínosem této mandaly je, že sama Julie může regulovat míru otevření se svému okolí, již to není na jedné straně uzavřenost či naopak ohrožující rozevření.

Co se týká **dvacáté**, poslední, mandaly, se tvůrkyně potýkala spíše s rozpačitými pocity. Svým poselstvím kopíruje předchozí mandalu, možnost ukázat se, i zatáhnout roletu a schovat se. Ale zároveň se autorka potýkala se zablokováním spontaneity - *„tak moc jsem chtěla, až nápad vůbec nepřišel“*. Kladla na sebe velký

nárok, že poslední mandala musí být vrcholem, proto se stalo, že poslední obraz považuje spíše do počtu.

### ***Vyústění***

Proces vyvrcholil „výstavou“, rozložením všech mandal do prostoru a tato aktivita sama o sobě iniciovala rekapitulaci. Julie si pak vybrala na základě zadání pět nejvýznamnějších obrazů a sestavila z nich kruh se středem. Sama tak měla možnost vytáhnout na povrch mandaly zastupující hlavní dění.



Obr. 1 – Výběr pěti nejvýznamnějších mandal

Výběr pěti mandal se stal vodítkem pro hledání a nalezení vývoje. 3. a 4. mandala připomínají začátek spolupráce, třetí mandalu Julie považuje za zlomovou a čtvrtou za nejenergičtější. 10. obraz se ve výběru objevil z mého hlediska poměrně nečekaně, jelikož se autorka původně nedokázala ztotožnit s emoční erupcí, která tvorbě předcházela i ji provázela. Nyní říká, že k ní změnila přístup a že ji sice nepovažuje za ideál krásy, ale není už v ní prý zloba, pouze velká energie, kterou lze využít. Dokonce i „puzzlíky“ přestala vnímat primárně negativně, rozpor mezi rodinou a jejím životem v kontextu osamostatňování přestal být tak palčivým. 15. mandala je dle výpovědi ztělesněním pohybu a rotace, zatímco uprostřed umístěná, ornamentální mandala č. 19 vše zklidňuje. V obrazci sestaveném z vybraných výtvorů figuruje kruh, ač není na první pohled vidět, který začíná vlevo nahoře a pokračuje doprava, přičemž se točí kolem středové 19. mandaly. Zajímavým zjištěním je pro autorku postupné vycentrování mandal, vrcholem je právě 19. mandala, jež nám dovoluje nahlédnout přímo do středu (metaforicky i do středu osobnosti) a svou propracovaností ztělesňuje klid a soustředěnost.

#### **4.1.1 Analýza kazuistiky**

Seznámila jsem čtenáře s procesem, tak jak běžel ve své dynamice, a nyní bych ráda shrnula, co se odehrávalo mezi řádky výše psanými a jak docházelo k sebetransformaci autorky.

Významný prvek, který nelze opomenout ve vzájemné spolupráci, je tvorba vztahu, otázka je, zda ho zde nazývat „terapeutickým“. Obecně se budování terapeutického vztahu spojuje zejména s pojmy důvěra a hranice. Někdy jsou více artikulovány a samy se stávají prvním tématem terapeutické aliance, jindy méně, tj. obsaženy jsou implicitně. Každopádně dříve či později se tématem stávají.

U Julie se téma důvěry verbalizovalo poměrně záhy. Když se ponoříme do všech výtvarných produktů a zápisů ze setkání, vyplývá, že se proces spolupráce dá rozdělit do třech prolínajících se etap.

##### **1. Budování důvěry**

V této počáteční fázi Julie testovala, do jaké míry je možné otevřít své nitro druhé osobě. Objevovaly se otázky, jak moc se otevřít, aby bylo možné se přiblížit a přitom to nebylo ohrožující, jak si korigovat hranice otevření se. Zpočátku se objevovala představa dvou protikladných pozic, z nichž jedna zastávala naprosté uzavření se



a druhá ohrožující vpuštění do vnitřního prostoru. Emergovala tři ústřední témata, která se rozvíjela v následujících obrazech.

- Téma první – uzavřenost před okolím, obava z otevření se ve své přirozenosti a autenticitě.
- Téma druhé – plnění očekávání okolí a s tím spojené velké nároky na sebe sama.
- Téma třetí – touha po samostatnosti a nezávislosti na okolí, včetně primární rodiny. Aktuálně tuto situaci prožívala jako nepříjemnou spoutanost.

## **2. Budování „dospělého Já“, nezávislého na hodnocení okolí.**

Při analýze jednotlivých částí Juliina procesu si vezmu na pomoc model transakční analýzy, v níž se setkáváme se strukturálním modelem osobnosti, podobně jako u Sigmunda Freuda. Struktura stavů osobnosti v transakční analýze počítá s užitečnou triádou Rodič – Dospělý – Dítě, ve Freudově teorii lze užít názvosloví Superego – Ego – Id. Transakční analýza přisuzuje rodičovské části zvnitřněné rodičovské hodnoty, postoje, hodnocení. Zatímco dětská část ve své přirozenosti oplývá kreativitou, sexualitou, spontaneitou, tělesností, emocemi (Smékal, 2001). Mezi rodičovskou a dětskou částí osobnosti se vede neustálý konflikt, který může mít ve svých rukou pouze dostatečně silná „dospělá“ část osobnosti, řečeno psychoanalyticky dostatečně vyvinuté „jáské“ funkce.

V počátcích spolupráce s Julií byl patrný velký vliv internalizované rodičovské stránky na její životní pozice. Projevoval se zejména v oblasti přísných a hodnotících nároků na sebe sama, což vyvolávalo velký tlak.

Julie si v průběhu osahávala možnost vycházet ve své životní pozici více ze svých vlastních potřeb. Zároveň se přiblížila i své dětské části, která čekala na projevení ve své hravosti, radosti ze života a spontaneitě, to přinášelo energii pro dosahování změny.

Právě čtvrtá mandala nám naznačuje přítomnou energii a sílu pro sebeprosažení

a další mandaly, jako například sedm a třináct, několikrát svými motivy poukazují na vznešenost a sebejistotu, jichž by autorka s velkou pravděpodobností chtěla dosáhnout. Můžeme zde hovořit o posilování dospělé pozice, která vede ke zdravému sebe-vědomí, vědomí sebe v přijatelných i méně přijatelných aspektech osobnosti.

Intrapsychické dění našlo pochopitelně odraz i ve vnějším světě, kde docházelo ke zvažování své pozice ve vztahu k profesi, což uvidíme dále.

### **3. Integrace prvků.**

Další skupina obrazů přináší nové uchopení témat a rozšiřuje úhel pohledů na ně. Několik symbolických znázornění zpřítomňuje téma otevírání se. Autorka již odvážně zobrazuje obávaný motiv oka, jenž se nedá zaměnit a důstojně svým provedením proniká do diváka. Výrazně se také můžeme setkat s vertikálou, čímž se obrazům dodává dojem hloubky a naznačuje ponor do nitra. Tématem, jež nabírá na důležitosti, je pozice v zaměstnání a ujasňování si role učitelky a s ní spojené zodpovědnosti. Autorka se postupně vzdaluje od vlivu očekávání ostatních a tematizuje hledání vlastních vnitřních zdrojů a odpovědnosti v sobě. I přesto, že se v popředí setkáváme s náměty, které jsou spojené s osamostatněním se a s dospělým životem, nesmí chybět hravost, která je pro autorku nezbytnou.

Vyvrcholením celého procesu je sjednocení motivů a témat v mandalách. Autorka se v nich otevírá vznešeně a sebejistě a umožňuje divákovi nahlédnout pod slupku, nicméně v obraze je zároveň možnost uzavřít se. Z toho vyplývá, že se původní strach z otevření spojený s představou dvou protikladů, buď budu otevřená, nebo uzavřená, přetvořil v možnost obojího, kterou má autorka ve svých rukou. Slovy analytické psychologie můžeme hovořit o sjednocení protikladů.

#### **Identifikační prvek**

Juliin výtvarný projev utvořil několik identifikačních prvků, díky kterým jsme mohly sledovat její vývoj. Jedním identifikačním prvkem je modrá koule, v některých případech zastoupená květinovým motivem či okem. Poprvé se koule vynořila a osamostatnila z „puzzlíků“ ve třetí mandale. V třinácté mandale se opět objevila samostatně a spolu s ní vyjádření Julie, že ve svém životě začíná jednat více podle svých vlastních potřeb a méně podle očekávání okolí, přičemž patnáctka představuje modrých koulí několik, její Já je rozděleno mezi hlavní oblasti života. Nakonec modrou kouli spatřujeme v nové podobě v devatenácté mandale, kde jsou čtyři spojeny do tvaru podobnému čtverci. Pokud bychom se podívali na předposlední mandalu, kterou Julie považuje za vyvrcholení celé tvorby, na symbolické rovině dochází k propojení čtverce a čtyř kruhových motivů. Analytická psychologie

považuje kruh za symbol duše, zatímco čtverec odkazuje k hmotě, tělu, realitě (Jaffé, 2018).

## 4.2 Kazuistika č. 2 – Štěpán

### *Expozice*

Se Štěpánem jsme začali spolupracovat, když studoval prvním rokem na vysoké škole italský jazyk, bylo mu právě 21 let. Oslovila jsem jej pro účely diplomové, posléze rigorózní, práce nejprve rámcově, a ačkoli vyjádřil souhlas téměř okamžitě po vysvětlení základního cíle, definitivní počátek spolupráce začal až po vstupním rozhovoru.

### **Vstupní rozhovor**

Štěpána lákala možnost poznání sebe sama, jelikož aktuálně hledal své místo v životě. Otázek, kterými se zabýval, bylo nespočet. Štěpán jmenoval mezi významnými tématy dilema při výběru oboru studia na vysoké škole a následného pracovního uplatnění, ale také roli muže a vztah k ženám. S výtvarným projevem neměl žádnou zkušenost, tudíž se i výtvarné sebevyjádření stalo ústředním bodem zájmu, ačkoli expresivita jako taková pro něj není nic neznámého vzhledem k jeho angažovanosti v hudebním umění.

### ***Zápletka – proces sebeexplorace a sebereflexe***

Ačkoli svou první mandalu Štěpán považoval celkově za svůj první výtvarný počín, nebyla na něm při prezentaci znát nervozita či obava z nejistého výsledku. Nejistý prvokontakt se projevil při tvorbě, kdy jej začala bolet hlava, na konci však odezněla s pocitem odreagování. Naše první setkání taktéž započalo nervozitou na obou stranách, nicméně Štěpán otevřeně hovořil bez cenzury o všem, co jej napadlo. Důvěrná atmosféra plynula kolem nás dvou okamžitě, avšak několik setkání se naše komunikace odehrávala pouze na metaforické, příběhové rovině bez spojení s životním kontextem. Až postupem času se nám začaly otevírat cesty k pochopení skrytého významu, plujícího pod povrchem příběhů.

Kolem významu **první mandaly** jsme spíše kroužili a vybavovaly se asociace různých vlivů. Barevná spirála vinutá po celém vnitřku kruhu, která je rozdělena na dvě poloviny žlutou linií, Štěpánovi připomíná kolo, na němž se díky jízdě cítí volný

a svobodný. Objevuje se ale i asociace jinu a jangu, rozdělení i spojení mužského a ženského v podobě jim přisouzených barev.

Zdá se, že **druhá mandala** na předchozí vůbec nenavazuje a utváří metaforu růstu. Stonek spojuje tři lístky, ty symbolizují vyrovnanost a inspiraci, moudrost a mládí. Tyto tři aspekty spolupracují. Podle Štěpána to znamená, že jeho Já spojuje chaos v hlavě do řádu.

Přesunuli jsme se k další, zdánlivě nesouvisející, **třetí mandale** a tvůrce spatřoval vizuální podobnost s prvním obrazem. Třetí mandala se stala podnětem pro utvoření příběhu o vesmíru a sluneční soustavě. Okraj mandaly je dráhou planety, která obíhá kolem hnědého slunce. Ono hnědé slunce vysílá k Zemi světlo, které je ale paradoxně černé, černé části tak naznačují dobu, kdy je na Zemi světlo, zatímco světlé části odkazují k noci. Slunce je hnědé, jelikož se prý nachází ve třetím nebo čtvrtém stádiu svého vývoje a je již téměř vyhaslé. Hnědá, vyhaslá hvězda se stala symbolem pro „něco“ minulého, co k nám nemůže proniknout skrz černé, ochranné pláty. Pláty brání vstupu „něčeho“ do vědomí.

**Čtvrtá mandala** nám přinesla jiný příběh, o rytíři a šaškovi. Propojení dvou trojúhelníků (což opět Štěpánovi evokuje spojení mužského a ženského), žlutého a modrého, symbolizuje rytířův emblém. Zelené útvary se žlutými konci představují šaškovskou čepici s rolničkami. Tvůrce nejdřív vypráví o povahách dvou postav, rytíře a šaška: *„Kde je ta třetí cesta? Jedna osobnost je rytíř, je dvořan a je silný, vůdčí, ctnostný, rozumný, hbitý, spolehlivý, vzdělaný. Šašek od přírody není vůdce, umí manipulovat, je rádcem, má dobrý odhad situace, je spontánní, moudrý, ale možná i trochu samolibý“*. Oba hlavní hrdinové prý patří ke Štěpánovi, dvě samotářské osobnosti jeho Já. Štěpán se ptá po třetí cestě, která by vedla k integraci.

**S pátým obrazem** přichází nové téma, hledání své cesty. Štěpán hledá, jakou profesní dráhu zvolit, a potýká se se třemi variantami – italianista, hudebník či pedagog? Trojúhelník s hrotem dolů je natahován barevnými liniemi do tří směrů s neurčitou převahou a snaží se zatím bez úspěchu najít stabilní polohu.

**Šestá mandala** svým obsahem koresponduje s pátou a rozvíjí pocit nespokojenosti a marnosti (Štěpán dokonce mandalu pojmenoval Marnost) v současné životní pozici, jež by potřebovala změnu, rozhýbat. Zdánlivě dokonalá kapka napjatě visí ve vzduchoprázdnu, chystá se ukápnout, ale nedaří se jí to. Okraj obrazu je ozdoben slunečním paprskem, který je svázan drátkem. Imaginace nám

dovolí malou hru, uvažovat o tom, co by se stalo, kdyby kapka mohla ukápnout. Důsledkem by bylo, že by se drátek mohl rozpustit a sluneční paprsek zářit.

Prožívaná Štěpánova tenze ze životní situace, která pro něj není uspokojující, se přetransformovala do následující **sedmé mandaly**. Vnitřní napětí zmizelo, do hry vstoupil okamžik rozjímání a regenerace. Z rozostřeného pozadí v modrozeleném hávu přírody vystupuje malá tečka, která představuje onen vzácný, intenzivní prožitek klidu, v němž se člověk ponoří do existence samé. Štěpán se odpoutal od svých každodenních záležitostí, aby načerpal klid a sílu, a uvědomil si, že ačkoli je tento prožitek ojedinělý, je neustále potenciálně přítomen a záleží, jak se dokážeme odpoutat od jednotlivostí. Což se Štěpánovi povedlo i v následující mandale.

V **osmé mandale** totiž znázornil potenciální prostor, z něhož vystupují možnosti. Vidíme bílý prostor a naznačené okvětní lístky, jež jsou ukotveny v zemi. Jakmile se okvětní lístky začnou od země odlepovat, jejich tvar i barva se budou více vykreslovat. Objevujeme metaforu toho, že jakmile si Štěpán vybere nějakou z možných cest, začne se konkretizovat a přiživováním i růst. Zatím však vybírá a čeká, až dojde k vynoření z nekonečného prostoru možností.

**Devátým obrazem** se Štěpán vrací k tísnivé spoutanosti každodennostmi a současnou situací. Vytvořený útvar mu připomíná střeva, která jsou svázaná provázkem, stejně jako on se cítí svázaný povinnostmi, ve kterých nevidí smysl, a nemá tak prostor, který by věnoval věcem, jimž by ho věnovat chtěl.

S **desátým obrazem** se přehoupneme do druhé poloviny. Výtvořem se Štěpán vyjadřuje ke svým 22. narozeninám, vzpomínky blednou, zkušenosti zůstávají a přicházejí nové, uvažuje o sobě v časové linii od minulosti do budoucnosti a přemýšlí s optimistickým výhledem o nadcházejících událostech svého života.

**Jedenáctá mandala** už zpodobňuje tvůrcovu volbu cesty v blízké budoucnosti. Blízké kroky budou směřovat do Itálie na studijní pobyt. A tak se obraz konkretizoval do podoby italské vlajky, která je výrazem zlomu v dosavadním životě. Svůj odjezd do tamních krajin vnímá jako prostor a čas, kdy bude moci přemýšlet o sobě samém a urovná si, kam chce směřovat v profesním světě.

Na tuto volbu Štěpán reagoval radostně a dal tak během samotářské nálady vzniknout **dvanácté mandale**, která pro něj zároveň zobrazuje euforii z “nově objeveného Já”. Konečně lapil do sítě to, po čem již půl roku toužil, a tohle štěstí v podobě čtyřlístku je uloženo v pevné pavučině. Světlo zapadajícího toskánského

slunce zdobí čtyřlístek a převine své paprsky do další **mandaly třinácté**. Ta nám umožňuje nahlédnout do nejhlubšího centra mandaly dvanácté. Ze zapadajícího či vycházejícího slunce proudí řeka a prochází krajinou. Štěpán řeku vnímá jako své Já a celé vzezření kresby zachycuje okamžik spočinutí v samotě, v níž je sám sebou. Obraz ztvárnil místo, kde Štěpán může hledat vnitřní zdroje, a tak jsme se společně rozhodli do něj vkročit díky řízené imaginaci (viz Kastová *Imaginace jako prostor setkání s nevědomím*).

Když se ocitl uvnitř, obklopil ho svěží chlad, který byl celkem překvapivým vzhledem k zářícímu slunci. Jeho kroky se nesly po měkké trávě, usedl na břehu potoka a namočil do něj nohy. Potok byl krásně teplý, nadpřirozený a stal se bezbřehým proudem, který ho po pobídce, aby v představě udělal, co potřebuje, než odejde, začal volně unášet dál. V představě se mu nikdo nezjevil a autor to cítil jako správné, neboť toto je místo určené pro něj samotného a dodává mu klid a vyrovnanost.

Po výletu do snové krajiny jsme se přesunuli k **obrazu čtrnáctému**. Štěpán v něm vyjadřuje potřebu samoty a cítí velký vnitřní vývoj. Čtyři pírká uprostřed vytváří rotující pohyb, který odhání kuličky lemující okraj. Kuličky, které představují lidi, uvádí do bezpečné vzdálenosti, nicméně jim dává zase možnost přiblížit se. Štěpán se potýkal se silnou touhou po obratu do nitra, k jejímuž vyvrcholení došlo v následujícím výtvaru.

Celá středová osa **patnácté mandaly** konstituuje jeho Já, jeho „druhé Já“. Zobrazená rostlina představuje růst, vývoj, který ale zároveň něco narušuje. Násilně je táhnut červenými nitkami. Štěpán se setkává se svou stinnou stránkou. Ke slovu se hlásí nejistota a pochyby o sobě samém. Co když se spolu s pozitivním vývojem posílí i negativní vnitřní stránka? Přítomná je tendence k polarizaci a k hodnocení na dobré a špatné. Obava z vlastního stínu zatím vítězí víc než smíření s ním.

S **šestnáctou mandalou** se intenzivně vynořil pocit domova. Štěpán se vrátil domů, kde pár dní pobýval sám a prožíval spojení s daným místem. Vzhledem k jeho nastávajícímu celoročnímu pobytu v zahraničí se zvyrazňovalo uvědomění toho, kam patří.

Když jsme pokročili k **sedmnáctému obrazu**, opět se navrátil stínový „pochybovač“ a momentálně zvítězil. Banán a červený zákaz. Banán vyznačuje jeho novou partnerku a Štěpán nerozumí tomu, proč si jej zakazuje. Vnitřní pochybovač

hledá chyby na dokonalém, čerstvém banánu. U „pochybovače“ jsme zůstali i nadále.

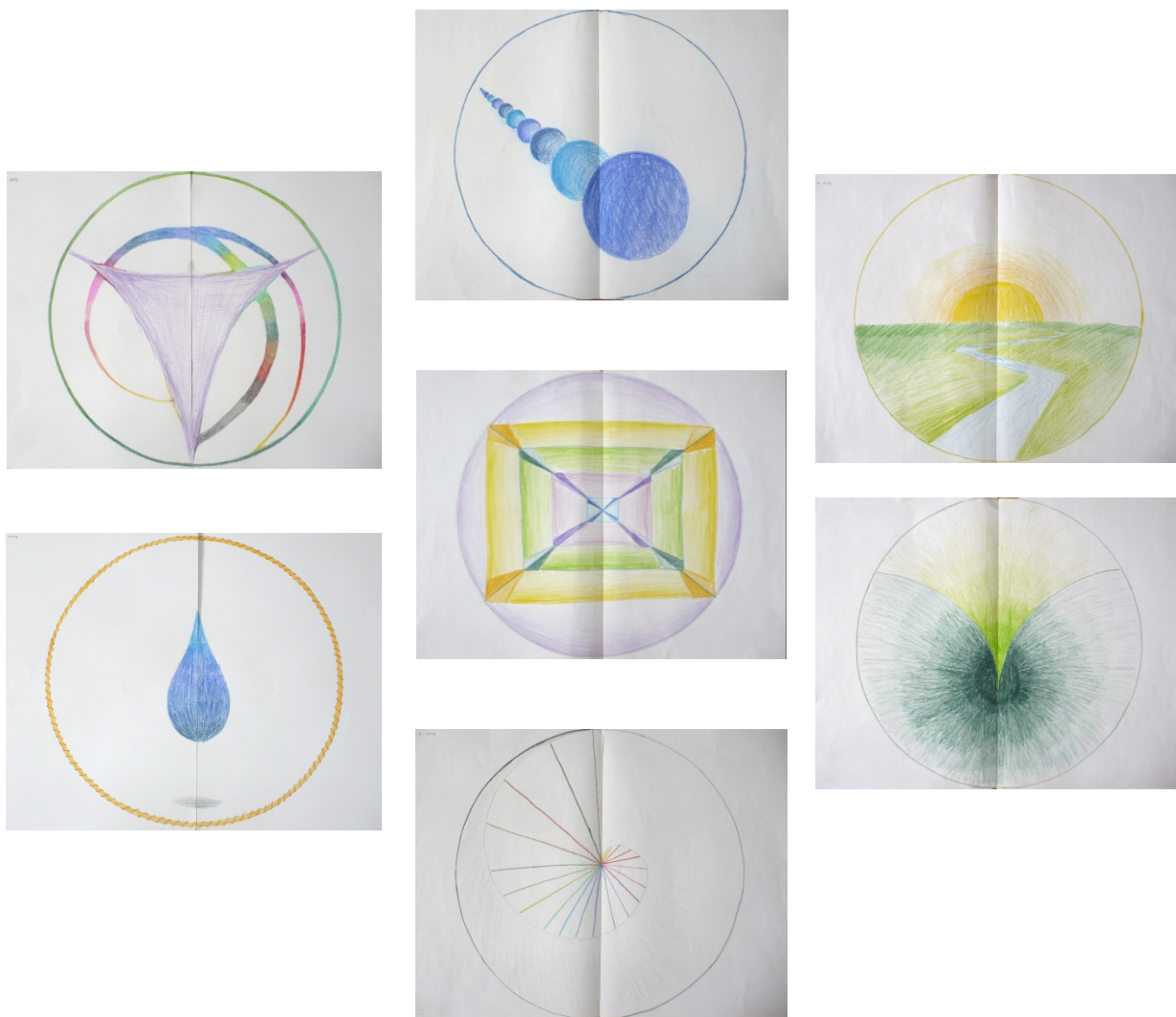
Modrá, vesmírná tělesa **osmnácté mandaly** jsou dalším zobrazením Štěpánova Já a vyjadřují obě vnitřní osobnosti. Modrofialová koule ukazuje pozitivní, optimistické Já, světle modrá tvoří pomalý přechod k vnitřnímu „pochybovači“ a v temně modré už naplno vítězí stinný „pochybovač“. Zatímco přechod od optimisticky naladěného k „pochybovači“ se „*neděje naráz*“, zpětný pohyb od „pochybovače“ k optimistickému se děje z okamžiku na okamžik, „*stačí se vyspat*“. To, že se koule neprolínají, naznačuje, že obě části osobnosti ještě nejsou integrovány, nicméně uvědomovány ano.

**Devatenáctá mandala** ukazuje další směr vývoje. Štěpán pociťoval přímou souvislost s předchozí mandalou, dvě zelené polokoule jsou již prolnutými vesmírnými tělesy, obě osobnosti se spojují. V tmavě zeleném stínování můžeme podle Štěpánova popisu spatřit průhled do tobogánu, jenž tvoří cestu skrz koule a na jehož konci čeká žlutozelená „zázračná síla“. Žlutozelená energie se pro něj stává motivací, aby tobogánem svištěl dál a nevystoupil z něj. Síla na něj čeká dole „*za odměnu, že vydrží*“ peripetie, překážky a utrpení této cesty a nezvolí cestu jednodušší. I když je náročné zabývat se sám sebou a usilovat o změnu, plody jsou sladké. Obraz je prý také pokračováním strnulé kapky v mandale č. 6., „*něco kapku pročíslu a rozpohybovalo*“, možná i zázračná energie je uvolněným slunečním paprskem z mandaly s kapkou.

Konec příběhu a rozloučení nám přinesla **dvacátá mandala**, s jejíž pomocí se Štěpán vynořil ze svého nitra zpět a začal vyhlížet nové možnosti ve vnějším světě. Hvězda, diamant nebo kompas směřují do budoucnosti s „jistotou v pohybu“.

### ***Vyústění***

Na samém závěru jsme rozprostřeli všechny kresby a s údivem sledovali výrazné kreslířské pokroky ve Štěpánově výtvarném projevu. Štěpán spokojeně pozoroval své dílo vcelku a posléze vybral pět nejvýznamnějších mandal podle zadání. Číslo pět bylo ale omezující a nedostatečné, Štěpán se rozhodl využít sedm kreseb k tomu, aby vystihl celý proces.



Obr. 2 – Výběr sedmi nejvýznamnějších mandal

Štěpán každému z vybraných obrazů spontánně přiřadil hlavní význam. Střed obrazce je věnován „pocitu domova“ (mandala č. 16), který tvoří pevný základ pro veškeré okolní dění. Pod ním se nachází „Koule věků“ (10), jak nazval svůj narozeninový výtvar, v níž se shromažďují všechny prožité roky a zkušenosti a poskytují půdu pro další růst. Nahoře spatřujeme modrá vesmírná tělesa (18), jež zaujímají myšlenky na „*sebeuvědomění mimo hranice reálného světa*“. Dvě mandaly vlevo souvisí s napětím prožívaným ze Štěpánovy životní situace (mandala č. 5, 6), zatímco horní obraz vpravo symbolizuje snovou samotu a pod ní je umístěna cesta za tím, co je pro Štěpána žádoucí. Štěpán vyslovuje hypotézu o tom, že je to zároveň kapka z mandaly č. 6, která se již dala do pohybu.



#### 4.2.1 Analýza kazuistiky

Příběh se rozehrál, gradoval a skončil v našem vzájemném kontaktu. Co v něm bylo ukryto? Proces od počátku plynul, pokračoval a vracel se, přivál a zase odvál různá témata. U Štěpánových výtvorů tomu bylo jinak než u Juliiných. Juliin proces jsem mohla rozdělit do třech fází, zatímco Štěpánova sebeexplorace se dá spíše charakterizovat skupinami obrazů.

Při interpretaci je třeba vycházet z individuální jedinečnosti tvůrce. Štěpánovi je vlastní příběhovitost, s jakou do obrazů vstupuje, užívá rozmanitých a mnohvrstevnatých metafor, dokonce i vnitřních postav. Zpočátku dominovala abstrakce příběhů nad možnými životními souvislostmi. První skupina obrazů kopíruje začátek spolupráce a jejich význam se poněkud skrýval v mlze. Kroužili jsme a tápali kolem příběhů, které Štěpán utvářel.

Na proces se můžeme dívat prizmatem několika možných tematických skupin. Než se pustím do analytických souvislostí, připravím si teoretickou půdu a připomenou výkladové rámce snu v kontextu hlubinné psychologie.

Z hlediska hlubinné psychologie lze analyzovat výtvary pramenící z nevědomí dvěma možnými způsoby. Zejména při interpretaci snů a imaginací se akcentuje tzv. subjektivní a objektivní rovina výkladu. Objektová rovina výkladu se při interpretaci snu dívá na postavy a motivy v kontextu životního příběhu – přiřazuje je konkrétním postavám v životě a zejména vztahům k nim. Objektivní úroveň zpracovával například Sigmund Freud ve svém *Výkladu snu*. Subjektivní rovinou výkladu směřujeme k dílčím částem osobnosti – na postavy a předměty ve snech se díváme jako na součásti sebe samých, ač třeba mají podobu konkrétní osoby z běžného života. Stekel a později Jung zdůrazňovali a rozšířili právě subjektivní úroveň (Dieckmann, 2010).

Na objektivní rovině se Štěpán zabýval svým postavením ve světě – jak si stojí ve vztahu k původní rodině, objevilo se téma partnerského vztahu a volba vhodné profese.

Pokud budeme přistupovat k výtvarným výtvorům podobně jako ke snovým a imaginativním, můžeme u Štěpánových mandal zvýraznit také subjektivní rovinu.

Jung ve své teorii specifikoval několik archetypů, které jsou obsaženy v intrapsychemském světě, a tento koncept pak využíval k výkladu snů. Archetyp Jung vnímá jako reprezentaci, strukturu, která je vlastní všem lidem. Sám však vyvrací, že by jej pojímal jako určitou mytologickou představu (Jung, 2018). Archetypální rozpracování vychází z Freudových „archaických relikvů“, jež považoval za duševní formy, *jejichž přítomnost není možné vysvětlit ničím v životě jedince a které jsou zřejmě prapůvodní, vrozené a zděděné výtvoř mysli*“ (Jung, 2018, s. 62). Mezi často diskutované archetypy patří např. animus/anima, stín, moudrý stařec, s nimiž jedinec musí přijít do kontaktu v procesu individuace.

Štěpánova tvorba a způsob uvažování nad mandalami vybízí, bychom přizvali subjektivou rovinu výkladu založenou na archetypálních obrazech. Téma, které se cyklicky vracelo v průběhu spolupráce, bylo téma ženství a mužství. V rovině objektové reality se týkalo ukotvení v roli muže a ženy, zároveň se však ozýval intrasubjektový aspekt. Štěpán uvažoval nad svou vnitřní femininní a maskulinní stránkou. Ženský element v mužském prožívání Jung nazývá animou, jde o druh vztahovosti k okolí a zvláště k ženám (Jung, 2018). Vnitřní obraz ženství ovlivňuje vztahování se k nim v reálném světě.

Dalším archetypovým obrazem, s nímž Štěpán přicházel do styku, by se dal nazvat stínem. Stín je často chápán jako obsahy psyché, které nebyly připuštěny do vědomí pro svou nepřijatelnost, byly potlačeny a prožívány jako negativní (Dieckmann, 2018). Tyto obsahy nemusí být ryze negativní, může se jednat i o užitečné, nerozvinuté stránky naší osobnosti, které z nějakého důvodu byly považovány za nežádoucí. Štěpán tento stinný aspekt své osobnosti nazýval opakovaně „pochybovačem“. Štěpán prožíval propastnou dualitu mezi „dvěma osobnostmi“, k jejichž alespoň částečné integraci došel v průběhu naší spolupráce. Štěpán měl možnost potkat se s několika postavami svého vnitřního světa. Ludvík Běťák, český jungovský terapeut, často ve svých přednáškách zmiňuje metaforu penzionu – naše psyché je penzion mnoha vnitřních postav, z nichž každá má své nezastupitelné místo a přivádí ke slovu odlišné charakteristiky a pohledy.

### **1. Já a vnější svět.**

Do této skupiny obrazů se dají zařadit ty, které reflektovaly aktuální dění v životě Štěpána. Sem by spadala objektová rovina výkladu. Štěpán si kladl otázky, jaký směr v životě zvolit, a která studijní a profesní dráha bude tím dobrým směrem. Ačkoli

Štěpán již jednu vysokou školu studoval, lákalo ho přidat si k ní ještě další obor a řešil tak otázku, čemu by se v životě doopravdy chtěl věnovat. Jeho zamyšlené a dumající pohledy do daleké budoucnosti tak ovlivňovaly výběr v blízké budoucnosti, zároveň však činily současnou situaci neuspokojivou, k čemuž přispívalo více aspektů jeho života (vztahy apod.). Téma nespokojenosti v současnosti se osvětlilo v páté a šesté kresbě plné tenze. Díky osmé jsme spatřili prostor potenciálních možností, ovšem devátá přinesla opět pocit spoutanosti. Desátý obraz utvořil předěl a nastavil pozitivní očekávání budoucnosti, což vyvrcholilo v aktuálním výběru studijní cesty do Itálie. Díky tomuto zásadnímu rozhodnutí se v Štěpánovi cosi rozhýbalo a rozproudilo pocit štěstí.

## **2. Já v sobě – vnitřní svět.**

První mandala se vztahovala k touze po integraci mužského a ženského elementu a druhá zvýrazňovala touhu po řádu, po uspořádání zmatku v hlavě. Čtvrtá naznačila, že nám zatím zůstává skrz obranu něco skryto, a v páté se nastínil příběh o dvou částech Štěpánovy osobnosti (rytíř a šašek). Volně a plynule jsme se tak přesunuli k druhému stěžejnímu tématu. Štěpán se zaměřil více na sebe a své prožívání. Díky snové krajině si uvědomil svou výraznou potřebu samoty a obratu do nitra, mít možnost vzdálit se od lidí a zase se k nim přiblížit. Samota se objevila i jako spojovací článek rytíře a šaška, kteří jsou podle Štěpána samotáři. Zřejmě se jedná o Štěpánovu charakteristickou součást. Jak Štěpán prožíval štěstí z nově nastoleného životního směru a svého vývoje, zjevil se vnitřní „pochybovač“, který mohl za pochyby a negativní prožitky. Štěpán se setkal se svou stinnou stránkou, s níž se ovšem začal vyrovnávat v osmnácté mandale a snažil se svému druhému Já porozumět díky vesmírným tělesům. Rozpohybování života a snaha porozumět sobě samému dostala konkrétní podobu v devatenácté mandale, která je vyvrcholením celého dění. Štěpán vnímá pohyb ve svém životě a skrze úsilí může směřovat k něčemu, co zatím nemá jasnou podobu, ale má obrovskou hodnotu.

## **3. Vnitřní zdroje.**

Během procesu se objevily tři kresby, jež plnily funkci relaxační. Štěpán mohl rozjímat, relaxovat a čerpat sílu pro další dny. Těmito kresbami jsou mandala č. 7, 13 a 16. Sedmá zaznamenává vzácnost kontemplativního okamžiku, třináctá je Štěpánovou snovou krajinou a díky šestnácté neztrácí kontakt s domovem. Tyto tři

kresby podporovaly Štěpána v tom, aby šel cestou dál. Můžeme mluvit o aktivaci vnitřních zdrojů. Třináctá mandala byla nabitá silným emočním prožitkem, proto bych se u ní ráda zastavila. Zobrazuje slunce nad krajinou, kterou protéká řeka. Symbolicky se o slunci leckdy v hlubinných směrech uvažuje jako o otcovském principu, zatímco o řece, potoku, vodě jako o principu mateřském. Slunce bývá spojováno s vědomím, jasným myšlením, zatímco voda je v symbolické řeči spojována s emocemi a nevědomím. V katatymně imaginativní psychoterapii, která je založena na systematické práci s imaginacemi, je potok jedním ze základních motivů. Využívá se jako zdrojový obraz, který zároveň kopíruje životní linku, symboliku Já v čase – cesta směrem k prameni je paralelní cestou k raným zážitkům a ke zrození, cesta po proudu ukazuje budoucí možnosti. Žádoucí je umožnit klientovi osvěžení, omývání vodou z potoka, aby mohl načerpat zdrojový potenciál. Štěpán sám této možnosti využil a podařilo se mu navázat kontakt s vnitřní krajinou bohatou na zdroje.

### **Identifikační prvek**

Štěpán se identifikoval nikoli s konkrétním útvarem, ale s modrou barvou, která se v předposlední mandale změnila na zelenou. Štěpánova identifikace s konkrétním symbolem v průběhu nebyla úplně patrná, nicméně sám ji uchopil v příběhu níže uvedeném, jenž vznikl na základě výběru sedmi nejvýznamnějších mandal.

*Můj příběh začíná přesně vprostřed.*

*Možná se vám to zdá přirozené jako to, že jablko roste vždy od středu a nabývá do všech stran. Možná, že vám to přijde divné, protože příběh by měl mít vždy začátek a konec a nelze přeci jen tak začít uprostřed. Začít od středu neznamená podle mě mást diváka a ochudit ho o začátek příběhu, ale možnost vydat se z jednoho místa nespočtem směrů a nepřeborným množstvím variací příběhu - úplně analogicky ke květnatosti života v jeho nekonečných podobách.*

*Zde je má verze příběhu:*

**Příběh první** ve svém středu,  
rodinu nám zrcadlí,  
obraz v kruhu, pyramidu

*či obdélníkem propadlí?*

*Žlutá, otec zastřešuje,  
co zelenou se snoubí.  
Fialová dovede tě,  
kde tví bratři bloudí.*

*Modrou jsi však jen ty sám  
ve své modři nepoznán.*

**Příběh druhý** zavede nás  
*do dalekých krajů,  
rok s rokem on schází se tu  
a já s délkou zraju.*

*Háv spirály zakrývá tu,  
co dávno už je v tobě,  
barvitost a zabarvenost  
blíží se tu k sobě.*

*Modrou jsi však jen ty sám  
do svých rukou odevzdán.*

**Příběh třetí** s časem hrá si  
*ted' ve vesmírném prostoru,  
objem k tomu přidává se,  
však směr určit nedovedu.*

*Odsud tam či z dálky blíž  
v odstínech nebeské kulatosti,  
jen poslouchej a jednou zviš,  
zda jsou v závazné spojitosti.*

*Modrou jsi přec jen ty sám  
do hvězdné řady zformován.*

**Příběh čtvrtý** jest nejtemnější  
z celého našeho příběhu,  
hvězda kapkou stává se tu  
ač nechce se jí do běhu.

Ozdoba na drát mění se  
v tom statickém napětí,  
v budoucnosti dozvíme se,  
zda ublíží či posvěť.

V modré vězněn jsi ty sám  
do napětí jsi usochán.

**Příběh pátý** rozvíjí jen,  
co příběh čtvrtý dal,  
do velkého utrpení  
je napnut každý sval.

Ženský princip, problém další,  
co vybrat já si mám?  
napojit se, uzavřít se,  
kudy já se dám?

Teď v modré barvě volba má  
nerozhodnost bezedná.

**Příběh šestý** cestu volí,  
kdo za zelenou vydal se,  
tobogánem šrámy hojí  
skrz zeleného očiště.

Kde jen končí a jak dlouhý je  
cestovatel netuší,  
zelená ho přitahuje

*rovnováhu poruší.*

*Jest modrá barva zmizelá?*

*bloudí, bloudí paměť má?*

***Příběh sedmý*** doplňuje,

*co předešlé začaly,*

*černou s bílou vyrovnává*

*do severské Valhally.*

*Slunce zpoza vykukuje,*

*do řeky se opírá,*

*mysl mojí opanuje*

*zas rodinná krajina.*

*V modré barvě své kořeny mám*

*však do zelené se rozlévám.*

### **4.3 Kazuistika č. 3 - Eliška**

#### ***Expozice***

Elišce bylo v době naší počínající spolupráce 23 let a studovala finanční matematiku třetím rokem. Nejprve studovala humanitní obor v Brně, ale posléze se vrátila do místa svého bydliště a začala se věnovat ekonomicky profilovanému oboru. V průběhu spolupráce autorka vykonávala bakalářskou Státní závěrečnou zkoušku. Její náklonnost k výtvarné tvorbě zapříčinila její zájem o účast na výzkumu pro rigorózní práci.

#### **Vstupní rozhovor**

Právě zaujetí sebevyjadřováním skrze barvy a tvary bylo pro Elišku velkou motivací k přijetí mé nabídky. Eliška se sama věnovala různým kreativním činnostem, ale díky přijetí účasti na výzkumu se mohla pravidelně a dlouhodoběji zaměřit na výtvarnou tvorbu. Od naší spolupráce čekala vnitřní vývoj a „lepší barvy života“.

Aktuálně řešila rozchod s partnerem a vnímání sebe sama, což se stalo ústředními tématy v kresbách.

### ***Zápletka - proces sebeexplorace a sebereflexe***

Příběh Elišky se rozvíjel v závislosti na aktuálních změnách v životě, nastal obrat v jejím partnerském životě, ukončila totiž vztah se svým dlouholetým přítelem den před zhotovením první mandaly. Rozchod předznamenal obsah obrazů.

**První mandalou** Eliška vyjádřila smutek a depresi nesenou v černé barvě. Sama hovoří o stesku, depresi, smutku, pocitu prázdna. Z často kolektivně sdíleného významu černé může jít o psychologickou smrt předcházející novému životu (Kellog, 1977). Evidentní je, že autorka prožívá silný zármutek ze ztráty. Uprostřed obrazu se svíjí růžový motiv, jež Eliška vnímala jako zamotanou mysl a jeden velký otazník ve své hlavě. Růžovou autorka považuje za barvu obrany, cítí se křehce. Kellogová růžovou zmiňuje v kontextech reakce na stres. S Eliškou jsme dokonce použily metaforu „obnaženosti, bolavosti až do masa“. Depresi pak zmírňuje bledě modrá, která podle Elišky symbolizuje naději, že se dostane ze současné emočně trýznivé situace a vidí tak příznivější zítřky.

**Druhý obraz** nastínil další vývoj subdepresivního stavu. Ačkoli jsou pozůstatky bolesti přítomny v podobě černých hrotů na okraji mandaly, v centru se z mlhy rodí slunce nové, přívětivější budoucnosti. Autorka mluví o pohledu do tunelu, kde na jeho konci čeká světlo.

**Třetí „mandala jara“** napovídá již svým názvem, že se Eliška pomalu dostávala z hlubokého smutku a rozostřené slunce z předchozí mandaly nabylo na síle. Uprostřed se nachází zelená rostlina, která vyjadřuje klíčení, právě pučí a je svěží a zdravá. Rostlina symbolizuje růst a Eliška radostně očekávala nový směr. Cítila v sobě velkou energii v podobě ohnivých barev a červených „háďat“ v obraze. Červenou barvu ale považovala za nepřirozenou, možná až agresivní. Vnitřně prožívala vztek vůči sobě, že nedokáže žít podle svých přání. Objevuje se touha po integraci vnitřního klidu a vyrovnanosti s životní vitalitou, vášní k životu. V životě autorky se objevil další muž, s kterým ztotožňuje prožitky určité divokosti.

Klid se zpřítomnil v následující **čtvrté mandale**, ale ne v takové podobě, jakou by si Eliška přála. Modrá a zelená barva měly při použití zklidnit současnou situaci, ale zatím se jim to plně nepodařilo. Obraz působí na první pohled roztržštěně a vyjadřuje Eliščinu aktuální psychické nastavení – „řád se ztrácí v chaosu“.



Uprostřed můžeme najít „semínko“, jež tvoří nově vznikající konzistentní a stabilní jádro. Eliška touží po uspořádání si věcí v hlavě, což by vneslo do prožívání klid.

V **pátém obraze** můžeme spatřit podobnost s první mandalou v sérii, tvarovou i barevnou. Potkáváme se znovu s růžovým motivem, který Eliška rozvinula a připojila podobný pastelově zelený motiv. Bledě modrá barva navíc zaplnila celé pozadí mandaly. Podle autorky mandala vystihuje situaci střetu, vnitřního konfliktu. Potýkala se s ambivalentními pocity - na jedné straně stojí jistota, kterou zažívala ve vztahu s bývalým partnerem, na straně druhé nejistota z budoucnosti a nezávislosti, strachu z osamocení. V obou pólech shledávala kladné i záporné aspekty.

V **šesté kresbě** se k modré a zelené přidala žlutá a červená. Eliška toužila sjednotit barvy nesoucí symbolicky klid a životní vitalitu, obě přicházejí ke slovu v jednom obraze a vstupují tak do interakce. Mandala vznikala od centra, z kterého květina září ven. Uprostřed je oheň, slunce, které spaluje. V kontrastu ke středu se nacházejí barvy klidu, je to něco, co vnitřní energii zklidňuje a umírňuje. Implicitně byla přítomna obava z vlastní agrese.

**Sedmá kresba** uvedla naplno ve hru protikladnou pozici Eliščiných tužeb, zejména zosobněných dvěma muži, mezi kterými se pohybovala. Bývalý partner a nový muž. Dvě oddělené části obrazu trochu evokují jin a jang. Objevily se pochybnosti, zda ukončení vztahu bylo správným rozhodnutím. Novou známost si autorka začala spojovat s vášní, ale i se svou pasivní agresivitou v podobě „hádátek“, která jsme spatřili již dříve. Svého bývalého partnera spojovala s barevnou rozmanitostí v kresbě, fakticky s možným obnovením a rozvojem vztahu, kde už má vášně své místo (ta totiž z jejich vztahu vyprchala, což byl jeden z důvodů rozchodu). Dvě poloviny obrazu nejsou striktně odděleny a tvůrkyně v dialogu nad dílem naznačuje možnost jejich propojení.

Větrník uvedený do **obrazu osmého** roztočil dosavadní dění a pokusil se rozbourat oddělenost dvou protikladů klidu a energie, nadšení a smutku, zmatku a řádu. Bílý rozhánějící větrník je emočně neutrální a nepopsaný, dává volný prostor novým možnostem, které přijdou, a podle Elišky směřoval ke smíření protipólů.

Co Eliška přinesla v následující **deváté mandale**, se vymykalo dosavadní tvorbě. Doposud se Eliška vyjadřovala spíše abstraktním tvořením, nyní se setkáváme s konkrétností v zobrazování. V kompozici vidíme kolibříky, váčky, tulipány a slunce. Říkala, že zde zobrazila téma jara a rozpuku a svou touhu po

jakémsi dokonalém stavu. Kresbu hodnotí zároveň kriticky – prý vypadá zranitelně a pateticky. Časově se pohybujeme v období návratu k bývalému příteli. Vystává otázka, zda nejde o zidealizovaný náhled na současnou situaci ve smyslu přání. Autorka zakončila svůj hovor nad kresbou slovy – „*klid před bouří?*“. Jako by předznamenala dění v následujícím obraze.

Jako u Štěpána se **desátá mandala** stala důležitým předělem v Eliščině tvorbě. Zdálo se, že jde o velice symbolickou a významnou mandalu, neboť v sobě nesla silný emoční náboj. Její význam se podařilo rozluštit pouze metaforicky. Eliška rozumí obrazu tak, že se loďka na rozbouřeném moři může díky příznivému větru dostat do klidných vod. Barevný proud příznivého větru předznamenal nový směr vývoje. U Elišky začíná sílit uvědomění, že návrat k partnerovi byl výrazem touhy po známé jistotě (návrat do jistoty), která ale nepřináší uspokojení. Zároveň se objevuje strach z hodnocení okolí, tj. jakým způsobem bude reagovat na její rozchody a návraty.

Ačkoli **jedenáctá kresba** vypadá jako ponor do barev příznivého větru, Elišku přemohl pocit prázdnoty a letargie ze všech obklopujících povinností (státní závěrečná zkouška a přijímací zkoušky na navazující magisterské studium) a pochybností o správnosti návratu k partnerovi. Mandala sice znázorňuje klid, ne však pro Elišku žádoucí vyrovnaný stav, ale vynucený, nespokojený, strnulý klid.

Pocit prázdnoty a nenaplněnosti vygradoval v **obraze dvanáctém**, na němž stojí postava mimozemšťana na okraji kopců zády k divákovi. Za postavou se otevírá spousta vyšlapaných cest po šedých kopcích, před ní neznámý výhled. Eliška kráčela po cestách minulých a šedých. Nyní stojí na obzoru a vyhlíží nové zítřky, jež mají podobu barevných myšlenek nad hlavou. Eliška potřebuje volnost, samostatnost a spontánnost. Od těchto přání jsme se následujícím obrazem lehce odvrátily, ale hned v dalších se opět zpřítomnila.

**Třináctá mandala** zobrazuje klidnou a žádoucí krajinu, nad níž však visí velké znepokojující „hádě“. Eliška hovořila o tom, že hádě představuje lidské trápení, na něž už není síla. Nicméně se jí připomnělo a zabralo v obraze centrální roli. Uvědomila si, že její milostný trojúhelník není o dvou mužích, ale o ní samé. „Hádě“ by mohlo představovat ji samu a nutnost obrátit se k sobě.

Tento obrat k sobě a všechny tužby nastíněné ve dvanácté mandale nabyly konkrétních rozměrů v **kresbě čtrnácté** a to ve formě velkého ptáka s rozepjatými

křídly, jenž přesahuje hranice vymezeného prostoru. Eliška začala cítit, že všechno, co se děje, má pevně ve svých rukou a toužila se rozletět, což je přelomový okamžik v jejím vývoji. Již přestala hledat primárně kolem sebe, ale otočila se k sobě a svému vnímání – „*potřebuju vypustit toho ptáka, co je ve mně, energii, kterou začínám cítit víc a víc*“. Spontánnost, kterou hledala ve vztazích s muži, najednou hledala sama v sobě. Pták symbolicky může vnést do prožívání určitý nadhled.

Tato změna v nazírání vztahových peripetií se projevila jak v reálných činech, tak i na **patnáctém obraze**. Eliška se rozešla se svým přítelem a tentokrát se po rozchodu cítila dle vlastních slov skvěle, šlo o nevyhnutelné vyústění. Obraz zachycuje ocas ptáka, jenž z kruhu odlétá, a zbývají po něm barevné kuličky, které Eliška považuje za barevné možnosti právě přicházející. To, že Eliška začala hledat v sobě, sama nejlépe vyjádřila slovy „*tohle už jsem jenom já a uvidí se, co se z toho vyvine*“. Eliška se chopila svobody a činorodě vnesla do svého života akci a nová dobrodružství. Spoustu nových zážitků, akcí a cestovatelských zkušeností naplnilo její touhy. Slabý přítlak na tužku může kopírovat opatrnost, s jakou testuje současnou situaci.

Veškerá akce se projevila v **šestnáctém obraze**, uprostřed se nachází výrazný červeno-oranžový motiv obklopený bujnou krajinou. Obraz je stejně jako její současný život plný, sytý, tvořivý a plodný – „*něco ve mně tepe*“. Oproti předchozím obrazům upoutá kresba svou výrazností, sytými barvami, větším přítlakem na tužku a dynamikou.

**Sedmnáctá mandala** znázorňuje růžový strom s detailně vykresleným barevným podloží. Strom podle Elišky zobrazil její ambivalentní postoj k současnému stavu, v němž cítila vývoj a spoustu barevných možností, zároveň ale také křehkost a zranitelnost aktuálního prožívání stability (proto prý růžová). Křehkost souvisela s bolestí z rozchodu, smutkem a samotou. Nově se objevila fialová barva, kterou dříve autorka striktně odmítala. Fialová jako spojení červené a modré může poukazovat k určité integraci, transformaci, do té doby se červená a modrá objevovaly v protikladné pozici.

Nové možnosti životního rozvrhu Eliška ztvárnila barevným podloží stromu a v **osmnácté mandale** utvořila jejich detail. Některé z barevných bublin jsou spirálou pochyty, jiné ponechány. Eliška tak vyjadřovala skutečnost, že chtěla vše najednou – kulturně žít, cestovat a tvořit v každodennosti – ale musela si vybrat, co je pro ni momentálně primární. Některé možnosti tedy byly využity a realizovány,

jiné ponechány. Jedná se o otázku volby a rozhodnutí, v němž vždy něco získáváme a něco jiného ztrácíme.

**Devatenáctá kresba** s sebou přinesla zmatek v prožívání. Eliška se ve výpovědích ztrácela, stejně jako já ve snaze porozumět obrazu. Růžové květy měly původně vystupovat z džungle, kterou Eliška v kresbě nezobrazila. Jelikož se Eliška okrajově orientuje v „rožnovské“ arteterapii, obávala se, že při následující interpretaci by hrozilo spojení džungle se sexuálním podtextem. Něha, dokonalost a nevinnost ztělesněná květy měla vystoupit z chaosu rostlinného bujení. Stejně jako ona, která by chtěla být takovou, co představují květy, by chtěla vystoupit ze spleti divokých zážitků.

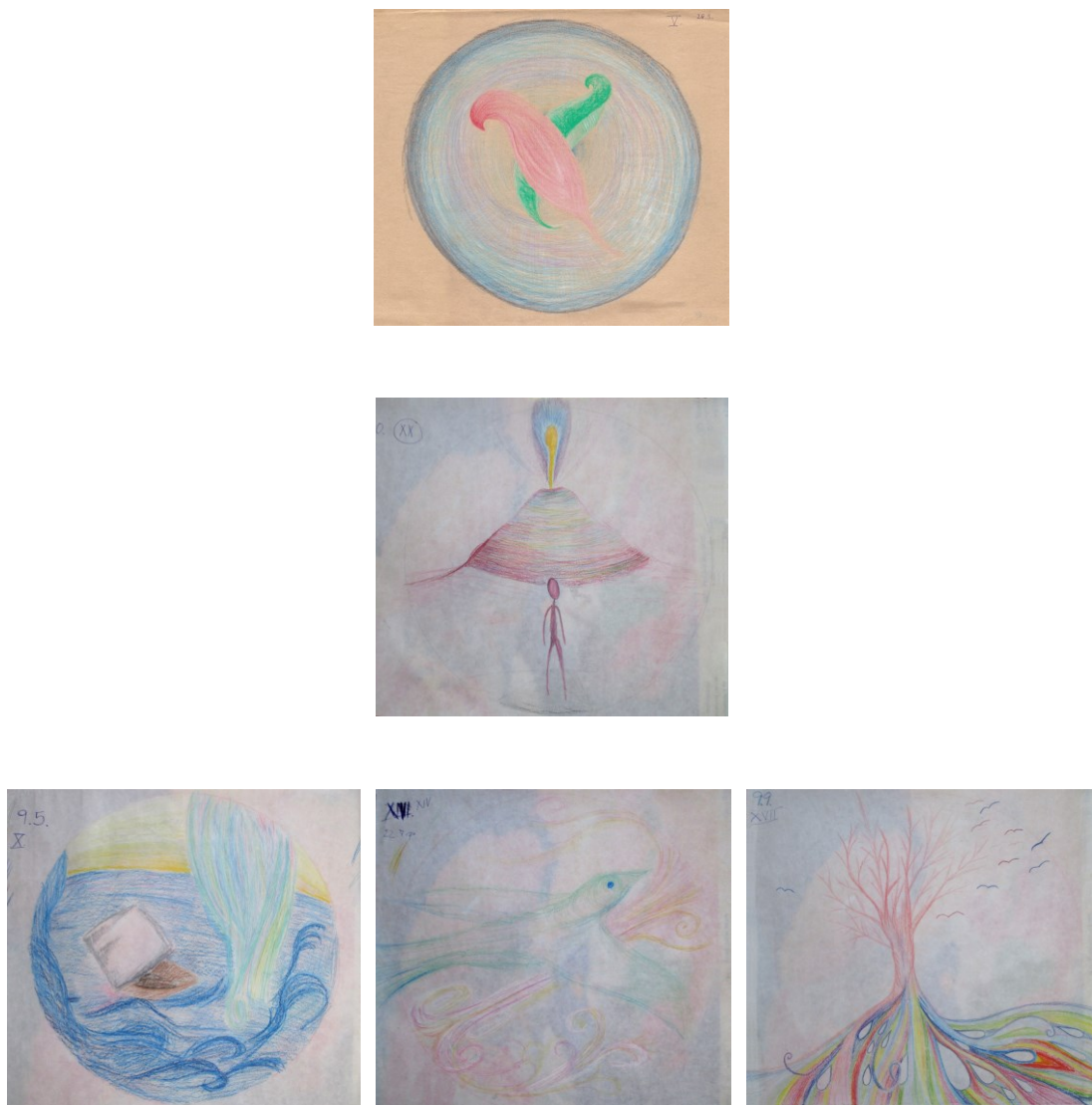
S Eliščiným příběhem jsme se rozloučily **dvacátým obrazem**. Ten vyjadřuje pokračování dvanácté mandaly. Mimoszemšťan již prý sešel z kopců dolů a ocitl se před sopkou, z níž vyvěrá gejzír a fialová barva v něm zaujala primární postavení. Autorce propojení sopky a gejzíru připomíná sexuální symboly, symbolika pohlavního aktu, ale také sopka jako ženský prs.

Výrazným prvkem se stává vertikála utvořená třemi prvky kresby – lidská postava, sopka, gejzír. Vertikála evokuje propojení země a nebe, spolu s podzemními silami, neboť tradičně obsah sopky vyvěrá z nitra země. Fialová se žlutou podle autorky souvisí s něčím neuchopitelným, s vesmírem. Fialová se zdá být již integrována v celku osobnosti. Proudící energie se vztahuje k ní samé, musí začít čerpat sama ze sebe a najít hlubší smysl. S bývalým partnerem sebe samu ztratila a hledáním nových známostí, které ztroskotávají, si pouze zvyšovala své sebevědomí. Gejzír pro Elišku symbolizuje stav, kterého by ve svém životě chtěla dosáhnout – stav vyrovnanosti s proudící energií. V gejzíru došlo ke spojení dvou nám známých protikladů klidu a energie. Eliška se odhodlala objevovat sebe samu.

### ***Vyústění***

Vyvrcholením naší spolupráce, stejně jako u Julie a Štěpána, bylo rozprostření všech výtvorů. V Elišce se snoubily ambivalentní pocity. Se svou tvorbou byla značně nespokojena. Formálně hledala a nenacházela rukopis, jenž by spojoval expresivní projev, obsahově se na sebe zlobila, že promarnila tolik času zabýváním se vztahy s dvěma muži místo sebe samé. Na druhou stranu viděla pokrok v tom, že se zaměřila sama na sebe a své prožívání světa. Její nespokojenost se sebou samou

mírně narušila pozitivní pocit z proběhlého procesu, nicméně měla pocit, že vývoj jde dobrým směrem, což dokládá i výběr pěti nejvýznamnějších mandal.



Obr. 3 – Výběr pěti nejvýznamnějších mandal

Pět obrazů autorka sestavila hierarchicky, základnu tvoří mandala č. 10, která předpověděla nový směr ve vývoji a příznivý vítr, jenž vezl loďku do klidných vod. 14. je úplným obratem k sobě a pták se chystá vzlétnout. 17. mandala je spojena s bolestí z opuštění starého vztahu, nicméně slibuje nové možnosti. Ze základny vyrůstá obraz 20., který Eliška považovala za ideál, ke kterému chce v budoucnosti

směřovat. Vrchol obrazce tvoří mandala č. 5 a znázorňuje současný stav. Eliška se v danou chvíli ztotožňovala s jejím výrazem, ačkoli vnímání jejího významu se pozměnilo. Protikladnost pocitů jistoty a nezávislosti ustoupila ve prospěch jejich spolupráce, podle Elišky spolu růžový a zelenomodrý útvar tančí.

#### 4.3.1 Analýza kazuistiky

Eliška během procesu kroužila kolem kontinua základních lidských protikladů, které se rozvíjely ve dvou etapách. Konflikt probíhal mezi póly **klidu a energie**. Pro klid měla často synonymum vyrovnanosti a stability, pro energii vášně, spontánnost. Nejprve se dilema objevilo v hávu partnerských vztahů, stěžejními byly otázky, jak zažívat klid a stabilitu v trvalém vztahu bez toho, aby se ztratil určitý náboj. Protiklad klidu a energie autorka hledala ve vztahové – intersubjektivní – rovině, postupně si začala uvědomovat, že vztahová linka pouze zrcadlí vnitřní procesy a pozornost obrátila k niterné povaze klidu a energie se snahou více vyvážit protikladnost. Proces jsem rozdělila do dvou obrazových a příběhových skupin, přičemž je patrné, že jsme akcentovaly některá témata nad jinými. Ta méně verbalizovaná se pokusím alespoň nastínit, jelikož uvádějí hlavní děj do širších souvislostí.

##### 1. Rozchod a partnerské vztahy.

Celá naše spolupráce se rozehrála na základě rozchodu s dlouhodobým partnerem. Důvodů k rozchodu bylo více, mezi těmi nejdůležitějšími můžu jmenovat nedostatek spontánnosti, svobody ve vztahu a vášně. Nejprve se Eliška poctivě vyrovnávala se ztrátou a bolestí, což posléze umožnilo zahlédnout naději nového začátku. Vyrovnávání se ztrátou zahrnuje mnohem více, než jen fyzickou ztrátu partnera. Ukončení blízkého vztahu s sebou nese změnu životního stylu, ztrátu naplňování určitých potřeb, prožitky osamocení, ale i hledání nových cest životem, kde bude vše třeba vyváženější než doposud. Po ztrátě a truchlení přišel život nových možností a hledání uspokojivého zakotvení v současné situaci. V rámci tohoto hledání se objevují protiklady jistoty a nejistoty, závislosti a nezávislosti, energie a klidu a objevuje se touha po jejich integraci. Vzruch a energii začala autorka tematizovat v obrazech v ohnivých barvách, vždy je však okamžitě střídala potřeba klidu a vyrovnanosti (modrozelená kombinace), a tak jsme se pohybovaly jako na

houpačce. Tyto dva protipóly korespondovaly s vývojem jejích známostí. Objevil se nový muž, který sice naplňoval její představy o spontánnosti, bohužel jí ale na vášni spojené s ním něco nesedělo. Bývalý partner byl naopak spojován s klidem, který se ale často kombinoval s pocitem chladu. Jak obě touhy skloubit? Spojit dva muže v jednoho? Zvítězilo známé bezpečí a jistota, s kterým se Eliška nedokázala rozloučit. Návrat k bývalému partnerovi a víra v naplněný vztah s novým pohledem se nepodařil, ovšem hrál nezastupitelnou roli v tom, že Eliška náhle změnila pohled na situaci. Obrat spočíval v uvědomění, že celou dobu nešlo o dva muže, ale o ni samu, že klid i energii musí hledat v sobě, a tak začala nejen vyhlížet nové zítřky, ale i jednat.

## **2. Obrat k sobě.**

Eliška rozpoznala, že s bývalým partnerem opět zvítězil pocit prázdnoty a odhodlala se k opětovnému rozchodu, což rozpohybovalo vnější i vnitřní pochody. Vybírala z nepřeberného množství možností a realizovala své sny, začala cestovat, kulturně žít i tvořit. Změna životního stylu jí ohromně prospěla a do popředí prosakovala dlouho nedosažitelná radost. V Elišce se vzedmula potřeba vystoupit z bujného, aktivního, ale chaotického života do řádu, v němž bude „dokonalá“. V poslední mandale pak vystoupil ideál stavu, k němuž chce Eliška směřovat a dosáhnout ho. Vyrovnaný stav myslí, který zároveň překypuje energií v podobě fialovo-žlutého gejzíru. Eliška tak pro sebe hledá takový způsob prožívání i životního stylu, který bude životaschopným kompromisem mezi klidem a energií.

Jak jsem naznačila výše, celým procesem prosakovala další témata vhodná k rozpracování, která společně utváří smysluplný celek.

- **Téma agrese**

Autorka ve svém životě postrádala energii, vášně. Můžeme také použít pojem životní vitalita. Ve chvíli, kdy se na scénu dostávaly první známky červené, silové energie, Eliška zároveň vyjadřovala určitou nevoli vůči těmto „agresivním“ prvkům. Nechtěla si tento druh energie připustit, což mnohdy poukazovalo na obavu z vlastní agrese, která byla svým způsobem nepřijatelná. Pokud se agrese verbalizovala, šlo o autoagresi. Kamila Ženatá po vzoru transakční analýzy a strukturálního modelu Já přisuzuje agresi dětskému Já. Dětské Já prožívající emoce vnáší do života náboj, který je úzce spjatý s konstruktivně uchopenou agresí. Biosyntéza

(psychoterapeutický směr zaměřený na práci s tělem) agresi mj. vymezuje jako schopnost zacílit určitou energii, dát jí směr s vědomím souvisejících prožitků. Vnitřní ohnivá energie byla vnímána autorkou výrazně ambivalentně. V pozdějších obrazech autorka červeno-oranžovou kombinací dávala taktéž do sexuálních kontextů, jimž se ostýchavě vyhýbala. Téma agrese, jejích podob, projevů a přijatelnosti by mohlo být námětem pro rozvíjení. Stejně tak sexualita.

- Téma ženství

Od počátku se cyklicky objevovalo téma ženství. Když procházíme podrobné zápisy z jednotlivých setkání, opakuje se spojitost s vnímáním ženství – podtrhují to linie, barvy, motivy, vztahové téma. Nabízí se úvaha nad identifikačními ženskými postavami (matka atp.) a přijetí sebe jako ženy otcovskou figurou. Otevírá se také otázka, jak se do současných vztahů s muži promítají vztahy s rodiči. Mentální reprezentace muže a ženy přináší další možnost pro rozpracování. Ve vztahové problematice se vlastní projev určitého chladu projevoval projekcí chladu a zároveň stability na bývalého partnera, postupně se podařilo rozehrát svou vnitřní hru vášně.

- Přísné superego

V průběhu spolupráce jsme několikrát narazily na výrazné projevy sebekritiky. Forma obrazů neuspokojovala představy o ideálním zobrazení, k obsahu autorka vyjadřovala určité opovržení sama k sobě a řešeným otázkám, přitom samotná kresba byla provázena radostí a spontaneitou. Autorka kritizovala nepřítomnost uměleckého stylu, automaticky tak zvýrazňovala výkonové tendence a perfekcionismus. Mandala je prostor, kde si člověk může dovolit být sám sebou ve spontánnosti a se všemi aspekty duše, zatímco umělecké dílo vědomě uspořádává prvky do „perfektního“ tvaru. V závěru spolupráce Eliška dospěla ke zjištění, že vlastně nepřijímá sebe samu ve své rozmanitosti. Hodnotící aspekt byl přítomen téměř neustále. Mnohdy bylo těžké přijímat dění s laskavostí k sobě samé. V obrazech a našich dialogích si můžeme všimnout tematizování konfliktu mezi superegem a vnitřním dítětem. Když si dítě řeklo o pozornost, okamžitě nastoupilo hodnocení a případné moralizování ze strany superega. Při závěrečném prohlížení tvorby dokonce vznikla i úvaha nad opravdovostí mandal. Autorka váhá, zda neklamala sama sebe. Vedla jsem ji ale k tomu, že je významné pohlížet na své obrazy a celý proces jako na vhléd do psychické reality, která ovlivňuje prožívání vnějšího světa. Důležitým úkolem bylo učit se brát v úvahu oba konfliktní póly a uvádět je ve spolupráci pomocí Dospělého Já.



- Ego-ideál

Spolu s dominantním superegem na scénu vstupoval ego-ideál. Představa dokonalého prožívání možná umocňovala pocit selhávání při nedosažení předem stanovených očekávání.

### **Identifikační prvek**

Eliščiných identifikačních prvků se v tvorbě objevilo několik, v různých podobách. Eliščiným prvním identifikačním symbolem se stal růžový motiv oblých tvarů nastolený již v první mandale. Svým vzezřením od počátku naznačoval souvislost s vnímáním sebe jako ženy. Podle Kelloggové růžová v mandalách značí reakci na emoční stres, zároveň je to ženská barva, stejně tak oblé linie v kresbě jsou typicky ženským projevem. S motivem podobného charakteru se setkáváme v mandale páté, růžový motiv se rozvinul do tvaru připomínajícího ptáka a pojil se s pocitem jistoty a něhy. Červená háďata, která Elišku v průběhu znepokojovala, se stala přemostěním k nové formě sebevnímání. Křehká růžová se proměňuje v červenou. Ve třináctém obraze jde zřejmě o stejný prvek ve tvaru ženského těla provedeného již červenou barvou. Šestnáctá mandala znázorňující prokrvený tvar opět může být ženským živoucím zástupcem. Růžový strom, který se nadále objevil, nepochybně symbolizuje Elišku, její křehkost i barevnost, a předznamenává přeměnu do fialové barvy. Dalšími identifikačními prvky byl pták, postava mimozemšťana, růžová lilie.

### **Krize**

Výstižným termínem pro dění v procesu Elišky je krize. Krize se definuje jako nerovnováha mezi subjektivním významem problému a možnostmi zvládnutí (Kastová, 2000). Právě rozchod s partnerem, jenž je vlastně ztrátou blízkého člověka, je následován krizí, někdy se hovoří o krizi ze ztráty. Jedinec je vržen do situace, v níž převládá pocit bezmoci, úzkosti a uvěznění ve zdánlivě neřešitelném uzavřeném kruhu. Kastová (2000, s. 16) píše, že se často k popisu krize užívá metafora: „...*cítím se jako v temném tunelu, nikde nevidím východ*“. Eliška na druhé mandale už zahlédla světlo na konci tunelu, sice zahalené v mlžném oparu, nicméně k němu mohla směřovat.

Kastová (2000) přirovnává krizi k tvořivému procesu a vychází z obecné podmínky tvořivého myšlení – tvořivými se stáváme, pokud jsme v obtížné situaci nuceni hledat nové prostředky ke zvládnutí problému, jelikož ty známé selhávají.

Způsob, jakým se Eliška vyrovnávala s rozchodem, by se mohl paralelně přirovnat k tvořivému procesu, a proto si dovolím ještě jedno převyprávění příběhu z hlediska jednotlivých fází vývoje krize. Možná by se dalo říci, že procházela zdvojenou krizí. V první se dlouho rozhodovala, zda problematický vztah ukončit, k čemuž se nakonec uchýlila, ale rozchodem krize neskončila, jelikož nedošlo k úlevě. Naopak se vynořily nové otázky po dalším směřování a s nimi druhá krizová etapa, v níž se objevila možnost spolupráce na výzkumu za účelem tohoto textu. Mohla jsem tak být přímým svědkem jejího vyrovnávání se se ztrátou.

Tvořivý proces se vyznačuje fází přípravnou, inkubační, fází vhledu a verifikace. V přípravné fázi si Eliška pojmenovala problém. Cítila nejistotu z definitivního rozhodnutí, jež učinila, a zvažovala pro a proti. Během inkubační fáze zkoušela různá řešení svého rozpoložení (nová známost, návrat k partnerovi), avšak všechna posléze zavrhl, aniž by se zbavila pocitu prázdnoty. Poté nastal zvrát, Eliška si uvědomila, že prázdnotu, kterou přisuzovala nenaplněným vztahům, musí hledat v sobě a svém stylu života. Toto prozření lze zařadit do fáze vhledu a pojila se k němu velká vlna entuziasmu. Následující fáze verifikace, v níž se Eliška snažila aktivně uchopit svůj život a naplnit ho věcmi, které doted' postrádala, ověřovala nové pohledy.

To, že se Eliška nacházela uprostřed krize, významně ovlivnilo celý proces, způsob zacházení s obrazy i jejich verbálním uchopením, jak budu reflektovat v následující kapitole.

## 5 Souhrnná interpretace

V předchozí části jsem čtenáře seznámila se třemi příběhy, které díky svým jedinečným hlavním hrdinům vyústily v originální vyvrcholení. Viděli jsme různost a rozmanitost v tématech, způsobech tvorby i uchopování obrazu. Přesto se v nich dá vytušit něco společného, jakási stejnost v různosti. Na tyto dva aspekty lidství, stejné a různé, se v této kapitole zaměřím podrobněji z hlediska dvou způsobů nazírání.

První linie, stěžejní pro tuto práci, bude nahlížet na způsob tvoření a na strategie, jakými tvůrce rozumí svému dílu, skrze teorie expresivity. Nejprve se tedy zaměřím spíše na formální stránku zacházení s artefaktem. Druhá linie bude akcentovat obsahovou analýzu a rozehrávat diskuzi vycházející z ústředních témat, která tvůrci řešili.

Musím však zdůraznit, že formální a obsahovou, resp. tematickou stránku od sebe nelze striktně oddělit. Spíše jsou to dva způsoby pohledu na jednu a tutéž věc, druhé vyplývá z prvního. Merleau-Ponty zdůrazňuje formu jako prostředek vyzařování významu a říká: „*forma a obsah, to, co chce malíř říci, a to, jak to říká, nemohou existovat jedno bez druhého*“ (2008, s. 61). Přičemž první se zajímá o tvorbu a proces hledající význam, zatímco druhý o charakter tématu, jež bylo v procesu hledání významu zjeveno.

### 5.1 Co se děje, když ztvárňujeme a rozumíme

Formální analýza kazuistik akcentuje základní otázku celé práce, která se týká sebevyjadřování a sebeporozumění ve výtvarné expresi. Zajímá nás, jak se porozumění děje, tedy jaké strategie účastníci používali k objevení významu ve svém výtvarném díle. Kazuistiky, s nimiž jsem čtenáře seznámila výše, jsou vystaveny podle struktury příběhu. Kompozice kazuistiky na základě metafory příběhu kopíruje tři základní fáze – expozici, zápletku a vyústění, díky nimž mohu nyní přehledně představit obecný scénář, jenž byl vyplněn originálními životními perspektivami.

#### *Expozice*

Expozice přinesla ve všech třech případech shodný typ dat, která otevřela příběh, do něhož jsem vstoupila jako zúčastněný pozorovatel – seznámení s osobou (člověk vypověděl něco o sobě) ve vstupním rozhovoru a započetí spolupráce. Společně jsme

tedy nahlédli do životního rozvrhu a rozhlédli se po tom, co aktuálně zaměstnávalo mysl. Díky této reflexi (pohybu / pohledu zpět) se účastníci zorientovali, což vzhledem k následující konstrukci významu plnilo důležitou funkci. Reflexe aktuální životní situace umožnila zastavení se a porozhlédnutí po momentálním postavení v životě. Mohli jsme uvažovat o přednastavení významu a **anticipovat témata**, jež budou průběžně emergovat.

### ***Zápletka***

Avšak teprve zápletka příběhu rozpoutala hlavní dění vzhledem k cíli práce, jelikož můžeme sledovat vývoj obrazů, reflexi a rozumění obrazům. Poté, co Julie, Štěpán a Eliška stvořili svá díla, mohli jsme u nich společně prodlévat.

Než přistoupím k tomu, čím se u nich objevování významu lišilo, představím to, co sjednocuje průběh jednotlivých setkání.

Z analýzy celku empirických dat vyplývá, že společný **dialog nad dílem** měl svou **strukturu**, která se v průběhu setkávání ustálila. Postupně se vyvinula struktura, která sice nebyla explicitně formulována, nýbrž tvořila pilíře daného setkání a tím i záchytné body, jež pomáhaly k jistotě a známosti situace. Danou strukturu přijali tvůrci za svou a na některé opakující se typy otázek odpovídali již automaticky. Strukturu jsem rozdělila do několika fází. Prezentované fáze, které se konstituovaly během společných setkávání, netvoří striktní ustálenou formu, ale spíše se jedná o typické znaky, jejichž hranice se prolínaly.

Zdůrazňuji, že struktura je determinována charakterem výzkumu, jež bych nazvala participujícím. Z toho důvodu bylo dění dáno z velké míry působením mé osoby a zvoleným postupem (viz např. volba specifického expresivního prostředku, mandaly). Nekladu si tedy za cíl zobecnit ji na všechna arteterapeutická sezení (ani to nelze), nýbrž pouze reflektuji, že vznikla a jevila se jako funkční.

### **I. Prezentace expresivního díla**

Ve fázi prezentace šlo primárně o to rozeznat v tvůrčích strunu hry. Autoři díla se noří do obrazu, promlouvají o něm a volně asociují. Poměrně dlouhou dobu vyjadřují své obecné dojmy z procesu tvoření, jak se jim líbí výsledek, co prožívali jako momentálně silné podněty, co jim zaměstnávalo mysl a zda pociťují souvislost

s nějakým životním děním. Vyslovují tedy nápady, které rezonují s vnitřním stavem a které je možné následně rozvíjet ve společném dialogu.

## **II. Hra s obrazem**

Poté, co se „vyčerpá“ prvotní sdělení tvůrců, vyjadřuje své dojmy, fantazie a asociace ke kresbě účastník dialogu (divák, terapeut apod.). Pohrávají si spolu s různými představami, otáčí obraz a volně se vzdalují a navracejí k samotnému dílu. V jungovské práci by se mohlo hovořit o amplifikaci.

## **III. Zkoumání symbolů**

Dalším záchytným bodem je symbolika barev a různých motivů. Otázky zúčastněného pozorovatele jsou zacíleny na to, co pro autory znamená a vyjadřuje konkrétní užitá barva v daném odstínu, kontextu, kombinaci s ostatními barvami a v kompozici. Stejně tak se ohraničovalo tápání kolem jednotlivých motivů, toho, co asi představují, popř. v jakých formách se opakují a proměňují. V této fázi nachází své místo poznámky o obecných symbolech, že se barva nebo zobrazený prvek většinou spojuje s určitým významem, což inspirovalo k novým objevům. Za důležité považují důraz na mnohovýznamovost a mnohovrstevnatost symbolů, přítomnost této představy zabrání vyprázdnění symbolu, k němuž by mohlo dojít při zúženém užívání výkladového slovníku. Symbol si tak ponechává určitou neosvětlenou, tajemnou část.

## **IV. Spojení s životním kontextem**

S nezbytnou návazností na předchozí části se hledají souvislosti kresby s životním kontextem autora, a to jak v užším smyslu momentálních okolností, tak v širším dlouhodobém kontextu. Bez propojenosti s životním kontextem by sebepoznávací proces ztrácel význam. Jedině balancování mezi vnitřní a vnější realitou přináší transformaci. Respektive transformace je podmíněna přenesením nové zkušenosti do běžné denní reality.

Ačkoli výše došlo k určité generalizaci procesu induktivním vyvozováním, je třeba jednotlivým kazuistikám ponechat jejich jedinečnost a tedy zvýraznit aspekty, jimiž se účastníci diferencovali.

Prvním evidentním rozlišovacím znakem účastníků je způsob tvorby, tedy **styl výtvarného projevu**. O expresivním stylu a stylizaci lze v literatuře najít zmínky. Styl můžeme podle Slavíka (2000) charakterizovat jako způsob tvarové a barvové výstavby tvůrčova díla, způsob manipulace s materiálem a jeho výtvarné konstrukce, tedy strukturou, vedením linií, intenzitou a výběrem barev. Expresivní stylizační schéma je ustáleným vyjádřením osobitých vnitřních pohnutek, které se však mohou transformovat, a tudíž i měnit expresivní formu. Jedinec většinou má ve svém repertoáru ustálenou skupinu stylů, které střídá, ale může také rigidně lpět na schématu, jež mu vlastně vnitřně nevyhovuje. Trvalejší změna expresivního projevu může nastat při dlouhodobé arteterapeutické práci. Z tohoto hlediska lze rozlišit krátkodobé a méně výrazné odchylky ve stylizačním schématu, jež odrážejí aktuální prožívání, a dlouhodobé změny, které souvisejí s vývojem osobnosti. Simonová (In Lhotová, 2010) došla ve svých výzkumech založených na zkoumání výtvarných artefaktů a anamnestických dat k závěru, že momentální rozpoložení klienta ovlivňuje významně výběr námětu a tedy obsah díla, zatímco nereflaktovaný způsob zacházení s materiálem (styl) odráží navyklý způsob postoje k životu.

Simonová (In Slavík, 2000) vymezila čtyři druhy výtvarného stylu. Forma expresivního výrazu má pak účinek na vnímání pozorovatele i na interpretaci.

- a) Archaický lineární (kresebný) – archaický zde znamená spontánní bezprostřední projev s jednoduchými geometrizujícími tvary.
- b) Archaický masivní (malířský) – spontaneita projevu s citem pro barvu, tvary figur jsou rozplývavé a vibrující.
- c) Tradiční lineární (kresebný) – vyznačuje se metodickou prací s barvami, které jsou jasně vymezeny liniemi, přítomná je geometrická perspektiva.
- d) Tradiční masivní (malířský) – méně tvarově jednoznačný styl s promyšlenou formou a jemným vzezřením.

Věrohodně určit styl našich tvůrců a sledovat jeho změnu na formální rovině nebylo cílem této práce, proto tato otázka zůstane nezodpovězena, ačkoli se styl jeví jako podstatný ukazatel.

Vycházím z předpokladu, který je vlastní hlubinně dynamickému přístupu, že spolu s vnitřní proměnou dochází postupně i k proměně výtvarného projevu. Bez toho, aniž bychom razantně a záměrně vstupovali do způsobu utváření kresby, sama

se začne proměňovat. Proměňuje se v rámci vývoje a sebepoznání, zároveň různé způsoby utváření mohou ukazovat na souvislost s danými tématy. Témata, která jsou zatím těžko uchopitelná, budou například méně propracovaná, jen načrtnutá a naznačená – a ještě třeba na prázdném pozadí. Zatím se jich lze jen „dotknout“, ne se do nich ponořit. To si žádá také svůj vhodný čas k zobrazení.

Zajímavé je, jak jednotliví účastníci sami nahlíželi na vývoj svého výtvarného stylu. Julie a Štěpán zejména reflektovali svůj kreslířský pokrok, seznámili se s pastelkou, vyzkoušeli si různé způsoby zacházení s ní a byli překvapeni a potěšeni podobou svých obrazů. Oba zažívali velký pocit uspokojení při pohledu na vytvořenou sérii. Eliška ke svému výtvarnému stylu přistupovala více kriticky. Ve své tvorbě spatřovala rozdílné způsoby vyjádření a toužila po zhlédnutí jednotlivého uměleckého projevu. Poznamenávala, že každý umělec má svůj specifický výtvarný projev. Právě kvůli její výtvarné průpravě (v kombinaci s osobnostními vlivy) se v ní střetávaly dva konfliktní pohledy na tvorbu. Z jedné strany si dovolila spontánně zobrazit momentální rozpoložení ve své rozmanitosti bez větší korekce a byla ochotná měnit svůj výtvarný výraz. Z druhé strany si kladla zpětně nárok na to mít rozpoznatelný umělecký rukopis.

Jako jeden z výrazných aspektů osobitého stylu bych ráda uvedla identifikační prvek. **Identifikačním prvkem** rozumím konkrétní tvar či barvu, s kterými se autor identifikoval, a prolínal se celou tvorbou tak, že jsme mohli sledovat jeho vývoj. Funkce identifikačního prvku u tvůrců jsem v kazuistikách pouze nastínila spíše v hypotetické rovině se spekulativním podtextem, neboť by propracovanost tohoto termínu spolu s vývojem v kresbě vyžadovala samostatný výzkum. Nicméně je patrné, že každý z účastníků projikoval sám sebe do nějakého motivu, jenž byl v určité podobě přítomen v celé sérii obrazů a poskytl svědectví o svém tvůrci. Štěpán svou identifikaci dokonce explicitně vyjádřil ve svém příběhu o sedmi mandalách, jak jsem uváděla výše v „kazuistikách“. Existence identifikačního prvku rozhodně vyzývá k dalším otázkám po jeho vývoji v kresbě.

Druhé zásadní zjištění, ke kterému se ubíral cíl práce, bych chtěla rozvést širěji, proto mu věnuji samostatnou podkapitolu s názvem Dva pohyby vedoucí k významu.

## ***Vyústění***

V zápletkce jsme mohli zahlédnout jedinečnost tvůrců v celé šíři. Ze shodného zadání jsem se na rozcestí vydala s každým jiným směrem. Snažila jsem se pak příběhy opět spojit ve vyvrcholení, kde jsem si kladla za cíl vést účastníky k podobnému zakončení. Rozeběhli jsme se a těsně před cílem se začali obracet zpět, rekapitulovat celý proces a vybrali 5 nejvýznamnějších mandal. Výběr tohoto reprezentativního vzorku vyzdvihl hlavní významové jádro obsažené v celé sérii a tvůrci tak mohli lépe zahlédnout, odkud kam se posunuli. Tvůrci pak svou volbu a současně vývoj tvořivě zpracovali v osobitě pojatém příběhu, jenž byl ponechán jako **expresivní interpretace** bez verbalizace významu. Slavík (2000) uvažuje, že jakákoli interpretace v sobě nese otázku po významu, předpoklad, že dílo není jen sebou samým, ale i něco znamená. V expresivní interpretaci se pouze změní forma, aniž by obsah této změně podlehl a zformuloval se do jazykových struktur. Proto může autor své výtvarné dílo převést do jiné formy (uměleckého) ztvárnění, a přesto s ním pociťuje hermeneutickou identitu, tj. jednotu a prožitkový soulad. Takovými příklady může být právě příběh, který v našem případě navazoval na výtvarná ztvárnění, ale i zhudebněná báseň atp.

### **5.1.1 Dva pohyby vedoucí k významu**

Nyní chci podrobněji rozvést druhý zásadní nález, ke kterému jsem došla na základě analýzy kazuistik. V kapitole „Cesta k významu ve výtvarném artefaktu“ jsem obecně představila proces, jímž se prochází při hledání významu v expresivním díle. Při analýze dat, k níž jsem použila Chrzovy teorie expresivity, jsem zjistila, že se rozumění může dít velice odlišným způsobem. Samotná tvorba je už tímto rozdílem poznamenána. Vzhledem k těmto nálezům jsem provedla distinkci **dvou druhů rozumění**, tak jak vyvstávaly v dialogu a které jsou odvislé od životního kontextu jedince. Z kazuistik se jeví, že ačkoli jde vždy o pohyb z nitra ven, dochází k němu dvojím způsobem: vědomá mysl může být natolik uvolněna, že se otevřeně oddává hře, ve smyslu tvorby obrazu i dialogu nad ním, anebo se zabývá určitým tématem, kvůli čemuž je význam již předem výrazně přítomen a tak ovlivňuje způsob ztvárnění.

V obou případech je však význam, který vyvstává do neskrytosti, ovlivňován aktuální oslovitelností příjemce. Ve smyslově vnímatelné podobě se nachází „mnohohlas významů a smyslů“, přičemž člověk je oslovitelný jen pro část z nich



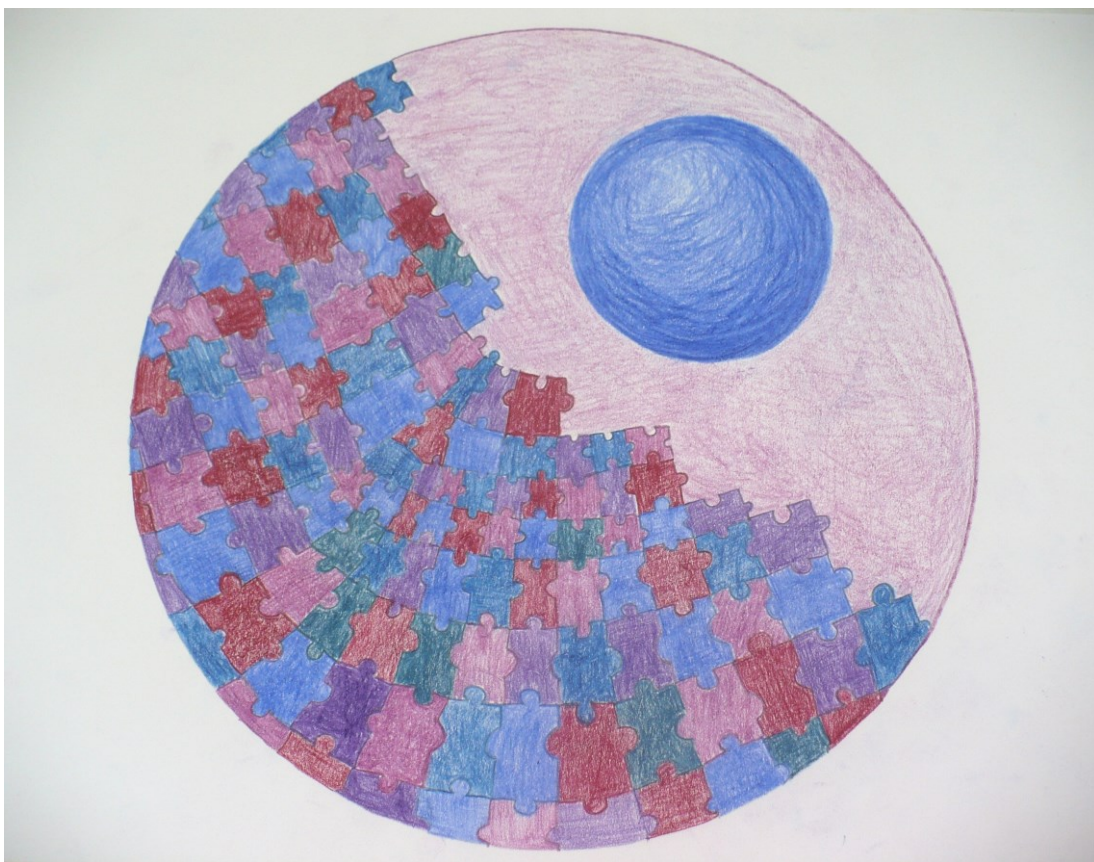
(Čálek, 1992). Jde o souhru toho, co se ukazuje, s životním kontextem daného člověka, Heidegger tuto souhru nazývá vyladěností. Proto v reálném čase člověk dokáže uvidět jen některé z významovostí a smysluplných souvislostí, a to takovým způsobem, že je dokáže na sebe nechat působit, prodlí u nich. Ačkoli se tato práce zabývá tím, jak se objevuje význam ve výtvarném artefaktu, nesmíme zapomínat, že objevíme pouze to, co daného člověka právě oslovuje, a vždy zůstane něco skryto. To znamená, že naštěstí přežije tajemství, po kterém můžeme toužit, ale i nechat ho žít vlastním životem.

Jeden z druhů rozumění jsem nazvala pohybem od ztvárnění k významu, druhý pak od významu ke ztvárnění. Julie a Štěpán svou původní otevřeností k tomu, co je bude oslovovat a tedy i postupnou konstelací témat náleží k pohybu **od ztvárnění k významu**. Plně a spontánně se oddají tvorbě a pak k dílu otevřeně přistupují. Zatímco Elišce její aktuální tíživá situace předurčila dominantní téma, způsob tvorby i uchopování významu, proto její strategie rozumění postupovala spíše **od významu ke ztvárnění**. Téma partnerského vztahu znovu a znovu ztvárňovala tak, aby se díky rozmanitým pohledům na věc orientovala v situaci, svém prožívání a mohla se s rozchodem a návaznými dilematy vyrovnávat. Nyní jsem stručně nastínila základní rozlišení, jemuž se níže věnuji podrobněji.

### 1. Od ztvárnění k významu

První cestou je **pohyb od ztvárnění k významu**, který se odehrává v situaci, kdy je člověku „dovoleno“ spontánně se ponořit do tvorby. „Dovoleno“ znamená, že je tvůrce schopen vstoupit do hry s barvami a tvary, aniž by jeho mysl byla zatížena aktuálním problémem, který není odklonitelný. Jak si ukážeme na následujícím příkladě, autor v danou chvíli neřeší aktuální starost a plně se oddává požitku z tvorby. Neznamená to, že by význam v člověku nebyl zastoupen – naopak, ale nikoli na vědomé úrovni. Nyní uvedu dva obrazy, z nichž každý pochází z rukou jiného tvůrce.

První obraz pochází od Julie (mandala č. 3). Níže se seznámíme s autentickým zápisem ze setkání. Obrazu předcházela řada mandal, jež ustanovily prostor pro vznik této. Zápis ze setkání musíme nahlížet v kontextu celého procesu, ale nyní se zaměřím na konstrukci významu vycházející ze ztvárnění konkrétně v tomto díle.



3. mandala – Julie

Zápis ze setkání <sup>7</sup>:

Při tvorbě je opět přítomna touha po inovaci. Pohybujeme se v modro-fialových odstínech, což autorka vnímá jako připomínku dříve nedokončené mandaly s okem. Dlouhou tvorbu v domácím prostředí provázela „divná nálada, útlum“. Mandala je „temnější, tíživější, neenergetická“.

Na obraze jsou výrazné, pečlivě vykreslené puzzlíky, jež do sebe perfektně zapadají – „*potřebuju to mít pospojovaný*“. Pozorujeme, že všechno do sebe zapadá, ale uprostřed jsou zvláště zúžené, natěsnané – „*musí se přizpůsobit*“. Objevuje se téma přizpůsobení, přizpůsobení náplně dne časovému rozvrhu a přizpůsobení se v rodině – jakou roli tam tvůrkyně hraje? Objevuje se otázka – mohly by být puzzlíky odkazem k rodinné struktuře? V zobrazení puzzlíků se objevuje šest opakujících se barev, z nichž petrolejová a červená „*boří řád zevnitř, jsou neveselé a nepříjemné*“.

<sup>7</sup> V uvozovkách a kurzívě se nachází přesná verbální vyjádření Julie, stejně tomu bude i u dalších účastníků.

Druhým výrazným prvkem je velká královsky modrá koule, která se může kutálet a s níž se autorka identifikuje. Královská modrá pro autorku symbolizuje živost, průzračnost a vznešenost. Docházíme k závěru, že koule, autorka, se snaží vymanit ze stereotypu a řádu, který je vyjádřen „nacpanými“ puzzlíky. U Julie se objevuje touha hupsnout do puzzlíků a zbořit řád. Motivy puzzlí a koule jsou protikladné, což vnímá silně autorka i já, jedno je zástupce stability, uvězněnosti, zkostnatělosti, druhé dynamiky a hravosti.

Touha vymanit se z řádu puzzlíků koresponduje s touhou uspokojivě se vymanit z primární rodiny.

### **Co se stalo, že jsme porozuměli?**

Původní absence představy, k čemu obraz náleží, determinovala způsob vztahování se k němu. Fenomenologicky můžeme říci, že k nám artefakt promlouval sám o sobě a díky tomu, že jsme se na něj dívaly z hlediska rozvrhu světa autorky, mohly jsme objevit část jí samé obsažené v díle. V dialogu jsme se zabývaly formální podobou mandaly a z ní následně odvozovaly obsah, jenž se vynořil díky analogii mezi komunikací jednotlivých prvků mandaly a životním kontextem.

Nyní se uvolnil prostor pro analýzu obrazu za pomoci prezentované triády smyslová konfigurace - struktura - význam v kapitole „Cesta k významu ve výtvarném artefaktu“. Analýza vychází nejen ze zápisu, ale i vzpomínky na konkrétní setkání, neboť samotný zápis není schopen plně odrazit komplexnost situace. K porozumění nedošlo náhle, nýbrž pozvolna krok po kroku, jak je uvedena následující triáda.

- Smyslová konfigurace – smyslovou konfiguraci tvoří v mandale to, co můžeme spatřit pouhýma očima bez hlubšího porozumění. Vidíme dvě poloviny kruhu rozdělené pomyslnou úhlopříčkou, na levé straně vidíme pečlivě zapadající dílky puzzlí ve vícero barvách, na straně druhé královsky modrou, vystínovanou kouli.
- Struktura – V obraze jsou ztvárněny dvě protikladné části. Zatímco levá ztělesňuje něco statického, co do sebe zapadá a tvoří řád, který nějakým způsobem až deformuje prostřední „puzzlíky“, jelikož se zužují. Pravá je volný, svobodný prostor, kde dominuje velká modrá koule, jež evokuje dynamiku a celistvost. V dialogu mezi mnou a autorkou se rozvíjí fantazijní

hra, že koule se z „puzzlíků“ mohla vydělit a zároveň má chuť do nich „hupsnout“ a rozbořit jejich řád.<sup>8</sup>

- Význam – Na základě výše popsaných vlastností obrazu si autorka utvořila spojitost s její primární rodinou (puzzle), kde se cítí svázaná a už potřebuje žít svým vlastním, nezávislým životem, přičemž se identifikuje s oddělenou koulí. Na to pak navazuje hovor o jejím postavení v rodině a vlastním životě.

Můžeme také vznést hypotézu, že výslednou podobu obrazu významně ovlivnilo i místo, kde Julie ztvárňovala. Aktuální okolností vzniku byl pobyt v doma v primární rodině, z toho důvodu mohlo dojít k oživení tématu.

Pokud se na obraz podíváme prizmatem univerzálních symbolů, shledáme zde několik klíčových momentů. Výrazným prvkem je několikrát zmiňovaná koule. To, že Jung spojuje kruh s duší a celostí psychického dění, je patrné již z jeho důrazu na tvorbu mandal. Je znám jeho předpoklad, že když člověk nastoupí cestu individuace, v jeho výtvorech se začnou spontánně vyskytovat kruhové objekty, viz kapitola Mandala jako specifický prostředek výtvarné exprese. Kruhové vymezení bylo součástí zadání pro účastníky, nicméně v tomto obraze se kruh objevuje podruhé, nezávisle na formálním vymezení. Z toho může vyplývat zvýrazněná důležitost přisuzovaná celku Já. Simonová uvažuje tři základní obecné symboly, které můžeme najít v tvorbě dětí i dospělých, přičemž kruh (circle of self) se dle ní vždy vztahuje k osobnosti tvůrce. Dalšími obecnými symboly jsou pak vymezuující čtverec

a siločáry (Simonová In Slavík, 2000).

Interpretace na základě univerzální barvové symboliky není tak přesvědčivá. Při prvním pohledu na mandalu spatřujeme napětí mezi odstíny červené a modré, z nichž některé napovídají jejich mísení. Napětí modré a červené bývá popisováno jako racionalita versus emotivita (Jung, 2000), ovšem zde se červená nevyskytuje ve své „čisté“ podobě, proto tak nelze s jistotou uvažovat. Na druhou stranu je modrá spojována s matkou a ženským principem, a pokud je užita v obraze ženou, poukazuje to na dobré vyrovnaní se femininní stránkou (Kelloggová, 1977). Otázkou

---

<sup>8</sup> Jako doklad toho, že porozumění vyvstalo díky existující struktuře obsažené v obraze, uvedu výroky nezávislého diváka. Dostal instrukci, aby pověděl vše, co ho napadne. Zde jsou zaznamenané výroky: „Skládačka ustupuje, aby se objevilo něco nového, celistvého.... Puzzle byly všude a koule to rozbořila, puzzle ustupují, koule už má svojí sílu, a nemůžou se rozprostřít (puzzle, pozn. autorky textu). Puzzle do sebe zapadají, zatímco koule se osamostatnila.“

zůstává význam tmavě červené, jež je vnímána autorkou jako rušivá. Kelloggová píše, že se často jedná o zobrazení nějakého emocionálního tabu, což zde nemůžeme potvrdit ani vyvrátit.

Druhý obraz, na němž ukáží posloupnost objevování významu ze ztvárnění, pochází od Štěpána.



5. mandala – Štěpán

Zápis ze setkání:

Tuto mandalu autor nazval marností, nic ho netěšilo. Nejprve byl utvořen okraj, ten je pro Štěpána již dlouhodoběji podstatným prvkem mandaly. Okraj je tvořen „slunečním paprskem“, jenž je v původním záměru „ozdoben“, během rozhovoru však vyplývá, že je spíše „obvázaný drátkem“. Kapka symbolizuje podle Štěpána smutek, chystá se kápnout na zem, ale je v napětí a zatím se jí to nedaří. Napětí podle autora souvisí se současnou situací a s očekáváním budoucnosti (k němuž patří i Erasmus v příštím roce). Současná situace ho tíží i v ohledu na bývalý vztah, neboť s partnerkou obývá stejný byt a nelze se zatím plně odpoutat, což vnímá jako neuspokojivé. Ihned reflektuje, že by se možná neměl tolik upínat

na budoucnost a žít víc v přítomnosti, z toho vyplývá smutek, že nedokáže být šťastný s tím, s čím je. Vyjadřuji svůj dojem z obrazu, že kapka je za normálních okolností neustále v pohybu, zatímco zde je stabilní, zvětšená v obraze, což možná poukazuje na nepřírozený stav, který vizuálně působí zdánlivě dokonale. Na první pohled tomuto dokonalému stavu nic nechybí, ale autor během dialogu dospívá k tomu, že dynamiku postrádá a je to právě to, co ho na obraze znepokojuje. Napadá mne otázka, co by se stalo, kdyby kapka mohla ukápnout na zem. Autor odpovídá, že „drátek...“, který uzurpuje paprsek, „...by se rozpustil“.

- Smyslová konfigurace – Na obraze vidíme modrou, velkou kapku, která vrhá stín. Kruh je orámován zdobnou žlutočervenou linií.
- Struktura – Vypadá to, že jde o zachycení nějakého aktuálního vnitřního rozpoložení, jako by se zastavil čas a s ním i kapka ve vzduchu. Je přece zvláštní, že se kapka nehýbe a je staticky zachycena v určité pozici. Pozastavení v prostoru a času napovídá i stín, který kapka pod sebe vrhá. Je cítit napětí mezi přirozeným stavem kapky, což je pohyb, a znázorněnou podobou. Kapka působí dokonale a orámování jí dokonce dodává zvýraznění její důležitosti – rám obrazu.
- Význam – Křečovitě ustrnutí v současném stavu a podle autora přílišné upnutí pozornosti k daleké budoucnosti. Možná si „nedovolí“ uronit slzu, rozesmutnit se, čímž by se drátek rozpustil a sluneční paprsek by mohl zářit.

Kapka svým umístěním v centru vyzvedává důležitost v momentálním vnitřním dění. Vodě je připisován modus pohybu, Riedelová (2002) ji identifikuje jako jeden z pohybových prvků v kresbě a v tomto obraze je vyzdviženo napětí mezi předpokládaným pohybem a skutečně zobrazenou statikou. Nelze si také nevšimnout poměrně prázdné plochy obrazu, která zůstala nevyužita. Arteterapie disponuje předpokladem, že obrazy, v nichž zůstává prázdný prostor, korelují s nepopsanými, dostatečně nerozpracovanými tématy. Sám autor pak o jedné z následujících mandal hovoří jako o rozpracované kapce.

Abych mohla objasnit charakter prvního způsobu utváření významu čili pohybu, který směřuje od ztvárnění k významu, použila jsem obraz od Julie i od Štěpána. Postupné objevování významu jsem mohla postihnout pomocí triády, v níž důležitým

přemostěním byla struktura obrazu, která díky metaforickému přenášení vytáhla z nepřehledného množství významů právě ten stěžejní pro současný stav.

## **2. Od významu ke ztvárnění**

Jak jsem uvedla výše, jednou z možností pohybu z nitra ven je nepřítomnost ani rámcového významového jádra na vědomé úrovni, díky čemuž se otevřená mysl nechá unést kresbou a ztvární tak obraz, jenž nás ponoukne k tazání určitým směrem nejprve svou formou a až postupně dochází ke zrodu významu.

Existuje však ještě jiná dynamika zjevení významu ve výtvarné produkci. Zatímco v prvním případě přistupujeme k tvorbě bez zaměření se na cokoli, v druhém je pozornost koncentrována na určitý problém. Úpěnlivé centrování pozornosti na určitou obtíž ve vědomé mysli se může tvářit jako redukce vnitřního světa na danou problematiku, ale skrývá se v ní bohatství jiného typu. Tím, že se soustředíme na určitou potíž, hloubíme náš náhled na ni. Tvorba nám zpětně umožňuje zahlédnout jinou podobu obtíže a zároveň i možnosti řešení. Dílo se jeví otázkou i odpovědí zároveň. Jako bychom se hlouběji nořili a pokládali si otázky, na něž neznáme odpověď, a zároveň se rozšiřuje zorné pole, jež je ztvárněno ve výtvarném díle. V díle se ukazují odpovědi a naším úkolem je hledat to, na co dílo odpovídá. Druhý pohyb jde tedy **od významu ke ztvárnění**.

Dovolím si vznést domněnku, že pohyb od významu ke ztvárnění se podle mého názoru objevuje zejména v „krizových“ situacích, v nichž se potřebujeme zorientovat. Tvorba mandaly se v období krize jeví jako vhodný prostředek pro orientaci v realitě a volbu směru (viz Eliščin příběh). Fincherová s odkazem na Kelloggovou píše (1997), že s potřebou zorientovat se v novém směru, jakým se naše životní okolnosti ubírají, se člověk dočasně stahuje z vnějšího prostředí dovnitř a soustředí se na sebe.

Uvedu zde příklad ze série Eliščiných obrazů. Eliška po celou dobu spolupráce řešila obtížná vztahová témata. Od chvíle, kdy tvůrkyně představovala svůj obraz, je evidentní vědomá spojitost obrazu s aktuálním životním kontextem. Jelikož jej vyjadřuje, nemusíme tak jako u ostatních objevovat, kterou oblast jejího života mandala obnažuje. Snažíme se porozumět, jak danou situaci prožívá v celku své osobnosti. Domnívám se, že téma vztahu zabírá natolik ústřední pozici v životě



autorky, že zaměřená pozornost anticipuje centrální roli tohoto tématu i v expresivní tvorbě.



12. mandala – Eliška

Zápis ze setkání:

Mandala zobrazuje postavu, kterou vidíme zezadu, a autorka říká, že stojí na okraji kopců a „neví, co bude“. S postavou se Eliška identifikuje, zdá se mi, že postava vyhlíží jako bílo-zelený mimozemšťan. Tvůrkyně na to reaguje – „*Jsem nepopsanej list a je to na mně*“. Temně šedá a šedá podle Elišky značí neznámo, neutrální a současně nad ní „ve vzduchu visí otazník“ – „*váhám, už zase!*“ Opět váhá nad stejným milostným trojúhelníkem, v němž se cítí uzavřená, ohraničená. Ohraničuje ji vztah s partnerem, ke kterému se vrátila, vztah ji prý uzavírá možnosti rozvoje a nemůže objevovat. Snaží se navodit si záměrně pocit



svobody a volnosti, jenž jí tak chybí. Volnost si autorka momentálně spojuje s tím nebýt ve vztahu a se spontánním jednáním. Před nespokojeností ve vztahu utíká do různých koutů cestováním. Zajímá mne, odkud „mimozemšťan“ přišel a kam jde, to, odkud směřují jeho kroky, jsou „šedý, mrtvý cesty vedoucí někam a nyní vyhlíží nové zítřky s bohatýma a rozmanitýma myšlenkama“. Postava stojí zády k tomu, co bylo: „jako by nechtěla patřit do tohoto světa“. Co vyhlíží, kam by chtěla jít? Volnost, nutnost osamostatnit se a v současnosti se volnost rovná bytí bez partnera.

- Smyslová konfigurace – V obraze dominuje horizontální linie. Dvě třetiny obrazu jsou tvořeny šedými oblouky s různou intenzitou tlaku na tužku. Horní třetina, jež je díky perspektivě pomyslně dál od diváka, je tvořena postavou, které z hlavy vycházejí barevné vlnky. Za postavou se vyskytuje barevné pozadí.
- Struktura – Zobrazené evokuje cestu odněkud někam, od tmavé šedé se jde směrem k barevnému pozadí. Postava s rukama za zády vypadá, jako když stojí a rozhlíží se.
- Význam – Postava, která přišla po minulých, „šedých, mrtvých“ cestách, jež nikam nevedou, směřuje k barevné budoucnosti. Postava jako autorka, jejíž dosavadní cesta ve vztahu byla „scestná“, s nadějí vyhlíží nové možnosti budoucnosti a ty jsou spojeny s ne-bytím ve vztahu s partnerem, svobodou a spontánností. Začíná od začátku, neboť bílo-zelená postava je spatřována jako nepopsaný list. Dominantní je těsná vazba mezi řešením vztahu s partnerem a sebe sama jako takové, až se to na první pohled může jevit jako dvě odlišná témata. Její bytí ve vztahu je podmíněno uvědoměním si sebe sama, své cesty a svých potřeb.

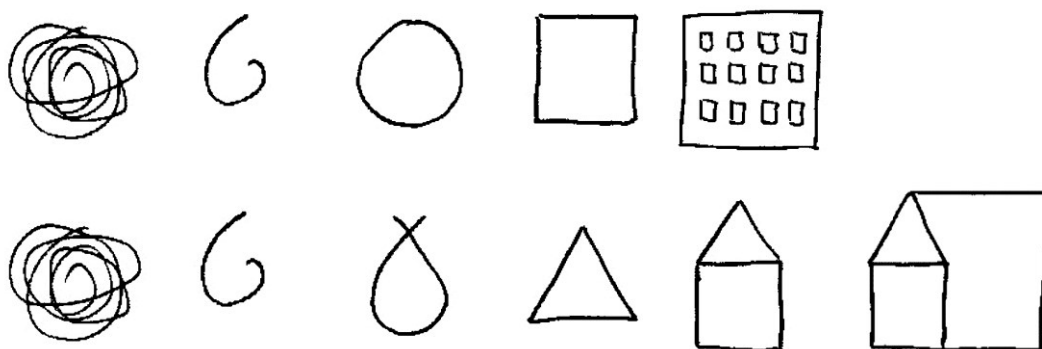
Šedá barva zaujímá většinu prostoru v obraze a jedním z jejích užívaných významů v interpretačních schématech je pocit prázdnoty a ztráta radosti ze života (Kelloggová, 1977). Tmavě šedá spolu s pokračováním cesty slábne a stává se světlejší. Pocit prázdnoty tak zůstává ponecháván minulým událostem a postava, která již k pocitu prázdnoty stojí zády, směřuje k plnosti života, jež je zastoupena celým barevným spektrem v dáli.

Cesta k významu analyzovaná pomocí triády konfigurace-struktura-význam je zde v zásadě stejná jako u Julie a Štěpána. Rozdíl spočívá v tom, že s Julií a Štěpánem jsme se v našem setkání dlouho pozastavili na úrovni struktury a metaforicky uchopovali dění v obraze, z něhož pozvolna vyplývalo spojení s životním kontextem. Zatímco Eliška významu rozuměla již v okamžiku, kdy mi obraz ukazovala. Intenzivně se zabývala svou pozicí ve vztahu, ztvárnila ji tak, jak ji cítila, a naše setkání pouze pomohlo prožívání pojmenovat a rozšířit pohled na něj. Struktura obrazu plní stejnou funkci přemostění jako u ostatních dvou účastníků, ale v reflektivním dialogu jsme v její metaforické rovině nemusely prodlévat, aby se význam objasnil, nýbrž jsme ji vůbec neverbalizovaly, ač je přítomna a k pochopení Elišce pomohla (ihned po dokončení díla). Na verbální úrovni to tedy vypadalo jako přímý přesun od smyslově vnímatelné podoby k významu. Struktura svou implicitní přítomností pomáhá pochopit Eliščinu pocity zejména divákovi.

### **5.1.2 Jak je to vlastně s tou expresí?**

V kontextu této práce jsem uvažovala expresi jako cestu vedoucí k významu, který je objevován v dialogu. Způsob utváření významu a význam jako takový se stal cílem. Považuji však za důležité v chýlícím se závěru zmínit i jiné možné přístupy, které se na expresi a význam dívají podstatně odlišným způsobem. Jeden z přístupů, který mám na mysli, tvrdí, že objevování významu ve stvořeném díle není nezbytné, ba dokonce může být i na překážku žádoucímu vývoji osobnosti.

Francouz Arno Stern vyvinul nový koncept, jehož základním pojmem je tzv. formulace (*la Formulation*). Po celou svou kariéru (nyní více než 60 let) zkoumal výtvarný projev lidí z různých koutů světa, různých kultur i domorodých komunit. V průběhu svého výzkumu došel k závěru, že všichni lidé se vyjadřují podobným způsobem a používají podobné tvary, které nazývá stopy/tracáty (*les traces*), jinde můžeme narazit na pojem primární figury (viz Obr. 4).



Obr. 4 – Stopy / primární figury

Tyto stopy vycházejí podle Sterna z organické paměti a utvářejí komplexní sekvenci znaků. Tuto sekvenci znaků nazývá formulací. Formulace je originální, strukturovaný komplex a univerzální projev nezávislý na kultuře, věku a pohlaví. Rozvíjí vrozené schopnosti – z hlediska vývoje vycházejí první výtvarné stopy z raných gest a postupně prochází naprogramovaným procesem. Zároveň možnost svobodného projevu, který není určen pro ostatní, tudíž nebude hodnocen, rozvíjí individuální expresivní jazyk, jenž nasedá na jedinečnost dané osobnosti. Jde spíše o hru, než o terapii, díky tomu se na povrch mohou dostat zapsané události a prožitky z raného vývoje, objevují se nenaplněné potřeby, které se kreativním způsobem mohou dosytit a vyústit v konzistentní, stabilní osobnost, která si je vědomá svých schopností a disponuje pozitivní autonomií určenou zevnitř, nikoli vně. Aby se formulace mohla objevit, je k tomu potřeba několik specifických podmínek, které jsou splněny v ateliéru – tzv. Closlieu. Jednou z podmínek je uzavřené prostředí chráněné před vnějšími rušivými elementy, dále účast spoluhráčů, čili více lidí, kteří tvoří nezávisle na ostatních, a přítomnost lektora, jenž zajišťuje hladký průběh tvůrčího procesu, kontroluje dostatek barev a pouze svou respektující přítomností facilite proces, stává se tak svědkem. Ateliér je typický svým vzezřením, stěny ateliéru jsou celé od stropu po podlahy pokryté nasákavým papírem, kde jsou zanechané stopy po práci předchozích účastníků. Někomu prosákne barva, jiný přetáhne a společně to utváří horizontálně-vertikální barevné obrazce. Eliminuje se tím strach ze znečištění tvořící plochy. Formulace vyvěrá z vnitřního puzení a radosti, nikoli ze záměru o umělecký artefakt. Věda, která se zabývá formulací a jejím vývojem, se nazývá expresivní sémiologie. Výzkum, který probíhá pod

záštitou Výzkumného ústavu pro sémiologii exprese (R.I.S.E.), shromažďuje grafické projevy vzniknuvší v Closliu i u domorodých kmenů. Snaží se přiblížit a prokázat myšlenku, že exprese je spojena s genetickým kódem a poskytuje jedinečnou a jedinou možnost, jak zachytit projev organické paměti (Stern, 2000).

Arteterapeutický přístup, technika či pedagogická metoda, jež následuje Sternův koncept, nese jméno „jeu de peindre“ – hra malováním. Tu Marion Loirat ve svém článku odlišuje právě od „art de peindre“ – uměleckého malování, přičemž zásadní rozdíl spatřuje ve způsobu zacházení, komunikaci s dílem (Loirat, [b.r.]).

Jedná se o jiný druh zacházení s výtvarným artefaktem, než jaký jsem prezentovala v rigorózní práci. Co však může mít společného s pojetím této práce, je nasnadě. Existence primárních figur koresponduje s představou archetypu, tedy určité primární struktury, ale na výtvarném poli. Stejně jako např. C. G. Jung vnímal mandalu jako archetypální projev, Arno Stern se podobným způsobem vztahoval k primárním figurám. Také teorie exprese přepokládají existenci jisté struktury v obraze, která však plní funkci přemostění k významu. Význam v grafickém projevu Arna Sterna je podle mého názoru také důležitý, ale už vůbec není důležitá jeho verbální artikulace. Naše pojetí i Sternův koncept dávají akcent na proces tvorby. Stern ovšem vyzdvihuje proces tvoření na dominantní úroveň oproti významotvornosti, v této práci byl význam důležitým. Mé pojetí mandaly a tvoření vůbec je ale stejně jako u Sterna založeno na předpokladu, že tvoření spolu s navázáním kontaktu s vlastní spontaneitou aktualizuje vnitřní sebeúzdavné mechanismy a ty samy o sobě mohou způsobit žádoucí změnu. Pokud se budeme zabývat výraznějším rozdílem mezi mým pojetím a pojetím Sternovým, je možno říci, že náš výtvarný projev sestavil jakousi bránu do vnitřního světa, který byl dále objevován a zkoumán skrze verbální složku, zatímco Sternův prostředek i cíl je v samotné tvorbě.

## 5.2 Obsahová analýza

Když jsem představovala jednotlivé kazuistiky, na konci každé z nich zaznělo shrnutí, analýza celého procesu. Tuto kapitolu bych ráda věnovala souhrnnému pohledu na proces a jeho obsah vzhledem ke všem účastníkům.

### 5.2.1 Budování „terapeutického“ vztahu

Cílem této práce je přiblížit utváření významu v dialogu nad výtvarným dílem. Dialog, který vznikl mezi tvůrcem obrazu a mnou jako autorkou této práce, byl determinován našim vzájemným vztahem. V průběhu práce s účastníky výzkumu jsem si čím dál více uvědomovala nemalý vliv této nepostradatelné nuance lidské interakce.

Jakkoli jsme počítali s výzkumnou rovinou, sebezkušenostní a sebepoznávací aktivita (v kontextu arteterapie či artefietiky) v sobě nutně zahrnuje vztah a jeho vývoj. Proto nelze opomíjet tuto skutečnost.

Vymětal (2003) popisuje základní charakteristiky psychoterapeutického vztahu a procesu. Psychoterapeutický vztah vymezuje jako „zvláštní případ meziosobního vztahu a základem je jak prostředí, kde se pomocí různých psychologických postupů člověk mění, tak v některých případech i vlastním prostředkem změny“ (Vymětal, 2003, s. 88). Vymezuje také tři základní vztahové oblasti lidského pokolení, jsou jimi vztah k sobě ve smyslu sebeobrazu, vztah k okolnímu světu a vztah k vyšším hodnotám. Rogersovská psychoterapie poskytla dnes již obecné požadavky na terapeuta, který by měl být ve vztahu ke klientovi akceptující, empatický a autentický. Terapie zaměřená na člověka často hovoří o facilitaci, terapeut je vlastně takovým katalyzátorem procesu sebepoznání. V tomto smyslu fungovala i naše vzájemná spolupráce.

Psychoterapeutický vztah vzniká mezi terapeutem a klientem a pojí se s pojmy důvěra, bezpečí, schopnost intimity, přijetí, hranice atp. Terapeutický vztah se řadí mezi jeden z účinných faktorů psychoterapie a má velký podíl na změně, jíž je nebo není v rámci psychoterapie dosahováno. Dá se říci, že změna je podmíněna navázáním důvěrného a důvěryhodného vztahu. Důvěra etymologicky vychází ze staročeského *viera* odvozeného od latinského *verus*, což znamená pravý, opravdový, pravdivý (Vymětal, 2003). Pochopitelně i terapeutický vztah má svůj vývoj a časem se ve vztahu aktualizují a znovuoživí mentální reprezentace vztahových zkušeností a tedy i problémové postoje, které jsou příčinou vztahových problémů jedince.

V prostoru, kde se k sobě vztahují dvě lidské bytosti (v případě individuálního kontaktu), se může uskutečňovat psychoterapeutický proces, jenž má svůj počátek, průběh a ukončení.

Hloubka a důvěra terapeutického vztahu podmiňuje hloubku procesu. S narůstající důvěrou lze otevírat palčivější a bolestivější témata. V našem případě bylo nutné zvažovat a dávkovat hloubku, s níž se člověk vrhne do intrapsychické reality, jelikož jsme se sice snažili o sebepoznání, které směřuje sice ke změně založené na novém porozumění, nikoli však o změnu struktury osobnosti, jako je tomu v případě psychoterapie.

Když se vrátím k tematizované důvěře ve vztahu mezi mnou a Julií, připomenu sen, který měla hned v počátku naší spolupráce. Yalom (2003) považuje iniciační sen v terapii za velmi podstatný. Za nejcennější sny považuje ty, v nichž vystupuje osobnost terapeuta. Umožňuje vyzdvihnout do vědomí vztahová očekávání. V kontextu této práce bych se nenazvala terapeutem, ale spíše průvodcem či facilitátorem, ovšem nelze opomíjet, že mezi mnou a probandy vznikl určitý typ vztahu. Julie nebyla ve svém snu na rozdíl ode mě připravena pro těhotenství a jeho odhalení okolí. Těhotenství vnímala jako své tajemství, které nechtěla prozradit. Ještě nebyla připravena k sebeodhalení. Otevřenost ve vztahu a sebeodhalení musí mít své hranice, aby člověk neztratil sám sebe a aby se ochránil. U Štěpána se budování důvěry projevilo v sílící tendenci propojovat příběhy s konkrétním životním kontextem, což zpočátku nebylo možné. Metaforická rovina obrazů v čele s příběhovostí zpočátku poskytovala bezpečný prostor pro manévrování se světem vnitřních obrazů. Až v průběhu času se podařilo posunout rozumění do životních souvislostí. S Eliškou se důvěrná atmosféra podařila nastolit téměř okamžitě a plynula dál bez většího zádrhelu.

### **5.2.2 Hledání identity**

V jednotlivých kazuistikách byl akcentován vývoj účastníků zejména ve vztahu k jejich tématům, která se zformovala. Nyní pozornost zaměřím na typ témat, která se objevila v centru každého z nich. Formulovaná témata ve stručnosti připomínám v tabulce níže.

Hlavní témata		
Julie	Štěpán	Eliška
Otevřenost versus uzavřenost vůči okolí	Volba studijní a profesní dráhy	Partnerské vztahy – intimita versus autonomie
Očekávání okolí a s tím spojené nároky na sebe sama	Mezilidské vztahy versus potřeba samoty	Klid i aktivita v životním stylu, resp. jistota a blízkost spolu se spontánností a vášní
Touha po samostatnosti a nezávislosti s ideálem vznešenosti a sebejistoty	Vnitřní svět a rozmanitost prožívání sebe	Lehce dotknutá témata agrese, ženství, přísného superega

Tab. 2

Není náhoda, pokud nám v mysli, po zhlédnutí témat vedle sebe, vyvstane idea, že témata, která stála v centru zúčastněných, se významně podobají vývojovým úkolům obecně spojovaných s časnou dospělostí. Podle Langmeiera a Krejčířové (2006) se časná dospělost datuje zhruba od 20 do 25 až 30 let a specifikuje se jako přechodné období mezi adolescencí a plnou dospělostí. Langmeier a Krejčířová (2006) uvádí klasifikaci dospělého věku podle Whitboutneové a Weinstockové a mezi hlavní obecné charakteristiky časné dospělosti řadí: upevnění identity dospělého, identifikace s rolí dospělého, produktivní orientaci, upřesnění osobních cílů, nezávislost na rodičích, hledání partnera, zakládání vlastní rodiny, předběžnou volbu povolání a postupné získávání odpovědnosti.

Všechny uvedené charakteristiky více či méně souvisejí s hlavními tématy představenými v tabulce a vyplývá z nich, že existuje mnoho dílčích vývojových úkolů, jež by měl mladý člověk zvládnout.

Od pojmu časné dospělosti se mírně odkloním k jinému termínu, který považují za vhodnější a obsažnější vzhledem k cíli porovnat všechny zúčastněné, a je jím termín **identita**. Identitou shodně s mnohými autory (Macek apod.) rozumím vědomí vlastní jedinečnosti, kontinuity v čase a ukotvení sama v sobě. Utváření identity probíhá po celý život jedince, jedna z prvních a důležitých krizí identity se přibližně datuje do období adolescence a rané dospělosti a čtenáře jistě nepřekvapí, když mezi prvními jmény, která se zabývala utvářením identity, uvedu Eriksona.

V knize *Dítě a společnost* uvedl svou kategorizaci lidského vývoje na osm věků a jednou z vývojových etap je identita versus konfúze rolí, v níž by mělo být dosaženo ego identity. „*Ego identita je proto v této souvislosti jakási forma integrace, a to nejenom dětských identifikací navzájem, ale i těchto identifikací s proměnami libida a se schopnostmi rozvinutými díky společnosti*“ (Daněčková podle Eriksona, 2003, s. 13). Jelikož se identita vyrovnává s časovým kontinuem, krize identity se objevuje právě v době, kdy se člověk intenzivně zabývá rozhodováním o své budoucnosti (Daněčková, 2003).

Na Eriksonův bipolární model utváření identity navázal James Marcia a rozvinul jej o dvě další stádia vývoje identity ve svém výzkumu z roku 1966. Daněčková (2003) uvádí podle Marcii dva základní procesy, jež se podílejí na vzniku identity. Prvním je proces hledání, tedy rozhodování mezi různými alternativami a výstižně se nazývá krizí. Druhým procesem je přijetí závazku, tedy jakým způsobem jedinec investuje do zvolené alternativy (volba zaměstnání, víry apod.). Pomocí těchto procesů Marcia ustanovil čtyři stádia hledání identity (1966), která stručně představím, jelikož pak koncept aplikuji na kazuistiky.

1. **Dosažení identity** – Předpokládá prožitou krizi s následným přijetím závazku zaměstnání či ideologie. Výběr může být výsledkem vlastní volby nebo variací na přání rodičů. Projevuje se také stabilitou sebekoncepce.
2. **Difúze identity** - Jedinec nacházející se v této fázi mohl nebo nemusel zažít krizi a projevuje se nedostatkem závazku.
3. **Moratorium** - Člověk se nachází v krizové periodě, přičemž jeho závazky jsou spíše vágními. Od difúzní identity se odlišuje tím, že jedinec projevuje aktivní snahu o dosažení závazku. Výběr je závislý na kompromisu mezi přáními rodičů, požadavky společnosti a vlastními možnostmi.
4. **Náhradní identita** - Jedinec přijal závazek, aniž by prošel krizí. Není jasné, kde končí přání rodiče a začínají jeho.

Z toho, jakým způsobem se odvíjel příběh kazuistik, lze odvodit, že Julie a Štěpán se bezpochyby nacházejí ve stádiu moratoria. Oba hledají svou vlastní životní cestu. Julie se spíše vyrovnává s požadavky společnosti a rodiny, přičemž zkoumá, co je její a co patří rodičům. Potřebuje tedy najít svou vlastní cestu, v níž se bude rozhodovat sama ze sebe. Štěpánova témata korespondují s hledáním studijní,



respektive profesní dráhy, a správností rozhodnutí. Když se zaměřím na Elišku a stádium moratoria, je třeba udělat malou odbočku.

Musíme mít stále na paměti, jakým způsobem došlo k výběru témat. Julii a Štěpánovi ústřední témata emergovala postupně a evidentně souvisela s vývojovými úkoly mladé dospělosti. Ačkoli směr zájmu tušili již v úvodním rozhovoru, formovala se plynule a s každou mandalou přinesla nový úhel pohledu.

Na rozdíl od těchto dvou Eliška měla téma jasně definované od prvního okamžiku, neboť se právě nacházela uprostřed krizového období pohlcená aktuálním rozchodem s partnerem. Samozřejmě charakter tématu, tedy partnerské vztahy a výběr partnera, spadá do období mladé dospělosti, nicméně se jedná o téma, jež může být aktuálním v kterémkoli věku. Jak známe z manželského či partnerského poradenství, rovnováha mezi intimitou a autonomií se musí vyvažovat neustále a bez ustání hledáme správný poměr blízkosti a vlastního prostoru. Willi (2006) vzájemnost a svobodu nahlíží jako jedno ze vztahových dilemat na cestě za rozvinutím osobního potenciálu. Proti sobě stojí společný vnější i vnitřní svět s partnerem a nezávazný a volný vztah, v němž nevytvořím žádnou společnou realitu. Pak se často stává, že ten, kdo se plně oddal společnému světu, časem začne toužit po volnosti a svobodě, jak tomu možná bylo u Elišky. Jellouschek (2009) uvádí obecná stádia vývoje vztahu. První fází je splynutí, druhou je fáze odporu proti splynutí, následuje fáze distancování, fáze nového sbližování a fáze nového sjednocení na zralejším stupni. Přibližování a oddalování na účelem vlastního vývoje považuje Jellouschek za růstový potenciál vztahu. Zapeklitou záležitostí se stává přechod z první fáze do druhé, jelikož se přechází ze symbiotického prožívání vztahu k vymezování. „*Když se pár pokouší zadržet natrvalo tento stav, ať už skutečně prožívaný, nebo jen vysněný, stává se z něj blokáda individuálního vývoje*“ (Jellouschek, 2009, s. 118). Pokud pár lpí na těchto představách symbiotického splynutí, jeden nebo oba začnou klást více či méně vědomý odpor, který se může projevat mnoha způsoby – náhlé, prudké hádky, trvalá nespokojenost jednoho z partnerů nebo nepřímá cesta jako neschopnost sexuálního prožitku, psychosomatické onemocnění atp. V případě Elišky můžeme pracovat s hypotézou, že trvalá nespokojenost ve vztahu a ztráta sexuálního náboje mohla souviset s problémy v přechodu ze symbiotické fáze do další fáze vztahu. Eliška se zabývala aktuální krizí a méně můžeme hovořit o typickém vývojovém úkolu období

moratoria a jejich bezprostředním spojením. Jedná se totiž o výsledek životních okolností, nikoli jen o důsledek období moratoria.

Nicméně všichni účastníci směřují k dosažení identity, kterou Macek (1999) spojuje s prohlubováním sebereflexe, s aktivitou a se subjektivní potřebou vytvořit smysluplnou kontinuitu mezi vlastní minulostí, přítomností a budoucností. V návaznosti na Marciův pojem moratoria mluví o „chráněném prostoru“, jenž je mladému dospělému poskytnut společností, jejíž podmínky se transkulturně samozřejmě liší.

Z Eriksonovy teorie psychosociálního vývoje známe, že utváření identity doprovází téma partnerských vztahů, resp. schopnost navázat blízký vztah či v opačném směru neschopnost takového spojení s druhým člověkem. U každého z účastníků se vztahovost nějakým způsobem prosadila. Již výše jsem diskutovala o Eliščině vážení protikladů blízkosti a vlastního prostoru v partnerském vztahu.

Jelikož Štěpán prošel rozchodem po dlouhém raném vztahu v nedávné minulosti, můžeme uvažovat spojitost s jeho mnohokrát artikulovanou potřebou samoty. Z jedné strany to může být důsledek pevného vztahu, který prožil, tedy jako opačná reakce na prožitou zkušenost. Nebo teprve nyní do vědomí vystoupila dlouhodobá potřeba vycházející z jeho osobnostních charakteristik.

Julie se vztahy zabývala spíše skrytě a neartikulovaně. Její schopnost bytí ve vztahu se odrážela v naší spolupráci, jak běžela a vyvíjela se během procesu. Bojovala s obavou z otevření se druhému člověku. Podle Yaloma (2003) se někteří lidé důvěrnosti bojí, neboť se mohou domnívat, že je na nich něco nepřijatelného. Julie nad obavou však zvítězila tím, že si sama vložila do rukou možnost otevřít se i skrýt, tudíž se bude moci rozhodnout, komu dovolí nahlédnout. Zažila zřejmě bezpečný a důvěrný vztah, který mohl vnést novou zkušenost do navazování partnerských vztahů v jejím životě.

Koblicová (2000) píše, že období adolescence a rané dospělosti charakterizují pojmy odrážející vývojové úkoly a jsou jimi identita, separace a intimita a leckdy se všechny navzájem prolínají. Její terapeutická zkušenost praví, že každý klient, jenž se nachází v období dospívání, artikuluje problémy spojené s jednou jmenovanou oblastí. Tak se podle mého názoru stalo i u mých všech účastníků.

Nit této kapitoly tvoří hledání identity. Na její utváření jsem vrhala světlo různých konceptů. Poslední teorií, kterou zmíním ve vztahu k našim kazuistikám, je McAdamsova teorie identity jako životního příběhu. McAdams vnímá období adolescence jako dobu utváření identity. V této době začínají mladí dospělí rekapitulovat svůj životní příběh a vyprávějí jej s přihlédnutím k časovému kontinuu minulosti, přítomnosti a budoucnosti (McAdams in Daněčková, 2003).

Podle McAdamse se identita skládá ze čtyř hlavních komponent a dvou druhotných. Hlavními jsou klíčové události, perspektivy a cíle, sebeobrazy a hodnoty a přesvědčení. Druhotné sestávají z tématických linií a komplexity vyprávění.

Jelikož naši spolupráci charakterizoval proces výtvarné sebeexplorace a následného sebeporozumění, nikoliv životní příběh vcelku jako takový, můžeme v kazuistikách explicitně zaznamenat pouze některé z komponent. Náš výsek životního příběhu umožňuje přesto zahlédnout některé z důležitých aspektů. Vzhledem k mému výzkumu lze diskutovat o tématech, jež formovala obsahovou stránku procesu, a tudíž můžeme sledovat stopu tématických linií. Podle McAdamse (1988) člověka ovlivňují neuvědomované motivy, jež formují obsah jeho životního příběhu. Motivы determinují chování jedince i emocionální náboj. McAdams vychází ve své teorii z dichotomie jedné z důležitých životních os, na které se člověk pohybuje. Na jednom břehu stojí motiv vztahovosti, na druhém motiv moci a v určité životní etapě některá převažuje.

Motiv vztahovosti určuje zaměření jedince na intimní vztah, jehož ideální podoby chce dosáhnout. „*McAdams definuje motiv vztahovosti jako znovu se objevující preference nebo připravenost k tomu zažívat vztahové zkušenosti, pro které je typická vřelost, blízkost a komunikace*“ (McAdams in Daněčková, 2003, s. 37). Motiv moci stimuluje k ovládání ostatních, nezávislosti, expanzi a má vliv na preferenci zážitku vlivu na ostatní, který ve své ideální podobě vypadá jako prospěch světu. Tento motiv se podle McClellanda objevuje v lidském jednání v různých stádiích vývoje.

Když vezmeme v úvahu hlavní dějové linky v příbězích účastníků, můžeme uvažovat o jejich převládajícím motivu. Eliščino jednání motivuje touha po ideálním vztahu a v dané době se nejvýraznějším jevil motiv vztahovosti, o čemž nelze pochybovat.

Určit převládající motiv u Julie a Štěpána se jeví zapeklitějším a lze jen těžko vyjádřit jasné stanovisko. Julie vyjadřuje potřebu nezávislosti a sebeprosazení,

zároveň je u ní patrné úsilí o předání určitého dědictví dalším generacím. Intenzivně se totiž zabývá svou rolí učitelky. Stejně tak u Štěpána, když uvažuje o svém místě ve světě, hraje velkou roli výchova a vzdělání dětí i dospělých. Výchova a vzdělání v sobě zahrnují moc, s kterou se musí pedagogové vyrovnávat a umět s ní zacházet a jejím ideálním cílem je prospívat světu. Na druhou stranu součástí pedagogického působení bývá motiv vztahovosti.

Určitě je nyní vhodné připomenout spojitost s dalším Eriksonovým stádiem psychosociálního vývoje, které nasedá na období intimacy versus izolace. Je jím stádium generativity, jež se vyznačuje produktivitou směřovanou ke světu a jde o základní charakteristiku dospělého jedince.

V obrazech našich účastníků se promítá téma identity jako jedno z hlavních úkolů jejich vývojového období. Výtvarná činnost samotná zpětně funguje na osobnost a pomáhá utvářet vědomí sebe v autenticitě, integritě a kontinuitě. Identita ve výtvarné tvorbě se může stát specifickým tématem a systematicky se jím zabývala Marie Lhotová a Evžen Perout (2018). Významným předpokladem arteterapeutického procesu je již mnohokrát zmíněný princip projekce, tzn. zobrazení sebe, vlastního Já, ve výtvarném díle. Lhotová s Peroutem tuto charakteristiku nazývá „být obrazem“ a připomíná také narativitu obsaženou ve výtvarném jazyku. Anderson dle Lhotové mluví o substantiální vlastnosti identity, kterou je trvalost narativity. *„Identita je z tohoto úhlu pohledu příběh, probíhající autobiografie, trvale proměňující se vyjádření našich příběhů, bytí a růstu skrz tvorbu“* (Lhotová, Perout, 2018, s. 183). Výtvarné zpracování obecně napomáhá utváření identity ve smyslu uvědomění – kým jsem, co mě utváří – *„napomáhá autentickému prožitku toho, co znamená být Já, neboť já jsem ten, kdo činí a tvoří“* (Lhotová, Perout, 2018, s. 188). Jakákoli dlouhodobá tvorba umožňuje nahlédnout na části osobnosti z různých úhlů pohledu a v utváření vlastní identity může sehrát důležitou roli právě rozmístění stvořených artefaktů a porovnání jejich podoby a obsahu v čase. Kamila Ženatá ve své psychoterapeutické praxi pracuje se sestavami obrazů, sleduje vývoj obrazů, podobných motivů. Rozvržení obrazů skládá dohromady mapu osobnosti, mozaiku, díky níž můžeme proniknout k hlubší podstatě psychické reality, k nuancím, jež na první pohled nemusí být zřejmé.

Dovolím si shrnout své poznatky výše jmenované. Stádium (psychosociálního) moratoria směřuje k dosažení identity a zahrnuje v sobě mnohé vývojové úkoly. Nejvýznamnějšími charakteristikami moratoria je zkoušení rolí dospělého člověka, směřování k volbě povolání, dosažení schopnosti sebereflexe a schopnosti navázat intimní vztah s druhým člověkem za současného udržení vlastní autonomie. Jedná se vlastně o období, kdy se jedinec nachází na křižovatce a volí svůj vlastní směr.

Díky shrnutí mohu říci, že všichni zúčastnění se vzhledem k charakteru témat nějakým způsobem vztahovali k vývojovým úkolům, které odpovídaly jejich věku.

## **Závěr**

Na základě analýzy dat, k níž nám dopomohla teoretická východiska – především teorie exprese, hlubinně dynamicky orientovaná arteterapie a hermeneuticko-fenomenologický přístup – jsem došla k několika závěrům.

Při hledání významu v expresivní tvorbě je nutné brát v úvahu přednastavení jedince, s nímž do hry vstupuje. Člověk ke své tvorbě (ve smyslu procesu) i k dílu, jež stvořil, nepřichází z pustého časoprostoru. To, co osoba ve svém výtvarném produktu objeví, je pouze to, vůči čemu je „oslovitelná“. Ve hře s artefaktem se promítá, jak říká Heidegger, rozvrh pobytu. Během této bezprostřední hry se předvedou smysluplné souvislosti a jejím výsledkem je nalezení takového významu, vůči kterému jsme momentálně otevření. Objevíme tedy možnosti našeho bytí ve světě, o které si naše existence říká, ač my je zatím nerealizujeme. Z toho důvodu při interpretaci expresivního díla musíme vycházet z porozumění a předporozumění samotného tvůrce. Každá mandala vychází z pozadí konkrétního tvůrce a autor objeví v konkrétních tvarech, barvách a kompozicích právě svůj osobitý význam.

Jistě nepřekvapí, když vyslovím tezi, že každý z účastníků výzkumu projevil svůj jedinečný styl exprese ve své tvorbě. Výrazně odlišné styly si říkaly o zvláštní pozornost. V této práci jsem se však zabývala procesem porozumění, ne tolik výtvarnými styly autorů.

Na otázku, jak se stalo, že jsme porozuměli, se pokouším odpovědět dvěma úhly pohledu. Prvním je rozbor dialogu tak, jak probíhal v jednotlivých setkáních nad dílem. Z analýzy zápisů ze setkání vyvěrala ustálená struktura směřování dialogu, kterou jsem taktéž představila s upozorněním, že její podoba je neodpojitelná od mého fungování v komunikaci nad dílem, tudíž si neklade za cíl zobecnění, pouze prezentuje formu, v níž se setkání odehrávalo, a která se jevila jako funkční. Struktura se dá charakterizovat čtyřmi částmi, jež se různě prolínaly: prezentace expresivního díla, hra s obrazem, zkoumání symbolů a spojení s životním kontextem.

Nahlédnout pod pokličku procesu porozumění mi pomohl Chrzův koncept exprese jako vtiskování signatury, na základě kterého jsem analyzovala setkání nad dílem ve třech fázích – konfigurace, struktura a význam. Rozdělení na fáze se projevilo jako užitečné vzhledem k pochopení objevování významu a mohli jsme tak rozlišit posloupnost. Zjistila jsem, že účastníci se lišili strategií, jakou ztvárňovali

a rozuměli. Vystala distinkce mezi dvěma pohyby. Od ztvárnění k významu a od významu ke ztvárnění. Jedním pohybem se od spontánní kresby dostáváme k otevřenému prostoru hledání významovosti a témata se vynořují postupně. Zatímco druhý pohyb směřuje od aktuální potíže účastníka ke ztvárnění a v něm pak hledá onu významovost, jež ho tíží. Nezavrhují se tím sice další témata, ale dominantní námět je od počátku přítomen. Domnívám se, že pokud se expresivních prostředků užívá k léčbě, výraznějším se stává druhý pohyb. Ovšem když člověk tvoří pro svůj osobnostní rozvoj bez nároku na řešení nějakého problému, první pohyb je tím, co zaujímá ústřední pozici.

Ačkoli jsem se v práci primárně zaměřovala na to, jak se děje porozumění, neméně podstatným, pro samotné účastníky zřejmě tím hlavním, byl přínos pro vlastní sebepoznání, popř. sebetransformaci. To se dělo skrze specifický prostředek výtvarné exprese, mandalu, která se jevila jako funkční nástroj sebepoznání. Považovala jsem jej jako archetypální projev, který podporuje sebeúdržavné mechanismy. V tomto kontextu jsem v blížícím se závěru práce zmínila další teorii, která se zabývá grafickým projevem s cílem probudit sebeúdržavné mechanismy a spontaneitu, ovšem bez důrazu na verbální interpretaci, čili jiným způsobem, než jaký předkládám v této práci.

Vývoj je možný sledovat v příbězích třech kazuistik jak na rovině formální, tak i obsahové. Nejen, že se vyvíjela kresba našich účastníků a spolu s tím nové kreslířské dovednosti, ale jejich témata se taktéž rozvíjela různými směry. Pokusila jsem se analyzovat charakter témat na základě zápisů ze setkání. V kresbě se odrážely vývojové úkoly mladé dospělosti, jejímž výrazným cílem je dosažení identity. Nabízí se otázka, jak půlroční proces naší spolupráce ovlivnil vývoj témat, jež dominovala v životních příbězích. Za zásadní považuji, že výzkum dal účastníkům možnost kreativně uchopit svůj život pomocí výtvarné tvorby a dialogu nad ní. To znamená, že nejen kresbu spontánně prožívali, ale i reflektovali a směřovali tak k většímu sebeporozumění díky spočinutí v čase. Exprese svým ztělesněním v konkrétní podobě a následná reflexe (spojení obrazového a verbálního modu) totiž napomáhá pojmenovat konflikty niterných tendencí a skrze uvědomování a pojmenování se dostáváme do blízkosti seberegulace a možnosti aktivně a autenticky prožívat svůj život.

## Seznam použitých informačních zdrojů

BRAUN, M. *Mandala*. Posvátný kruh buddhismu. Praha: Volvo Globator, 1998.

BRUNER, J. *Acts of Meaning*. Cambridge. London: Harvard University Press, 1990.

BULLOUGH, E. *Psychická distance jako faktor v umění a estetický princip*. Praha: Společnost pro estetiku AV ČR, 1998.

ČÁLEK, O. Symbol v psychoterapii. In Stachová, J. et al. *Symbol v lidském vnímání, myšlení a vyjadřování*. Praha: Filosofický ústav ČSAV, 1992.

ČERMÁK, I. Hermeneuticko- narativní přístup k validitě interpretace nálezu v kvalitativně pojatém psychologickém výzkumu. In Heller, D.; Sedláková, M.; Vodičková, L., *Kvantitativní a kvalitativní výzkum v psychologii*. Praha: Psychologický ústav AV ČR, 1999.

BUCHALTER, S. I. *Mandala Symbolism and Techniques*. Innovative Approaches for Professional. London: Jessica Kingsley Publisher, 2013. Dostupné z: <http://books.google.cz>.

DANĚČKOVÁ, T. *Životní příběh a identita na prahu dospělosti*. Diplomová práce. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2003.

DIECKMANN, H. *Sny jako řeč duše*. Hlubinněpsychologický výklad snů. Praha: Portál, 2010.

ERIKSON E. H.: *Dětství a společnost*. Praha: Argo, 2002.

FINCHEROVÁ, S. F. *Vytváření mandaly*. Praktická kniha pro vytváření a výklad léčivých kruhových obrazců. Praha: Pragma, 2007.

GOODMAN, N. *Jazyky umění*. Nástin teorie symbolů. Praha: Academia, 2007.



HOGENOVÁ, A. *K věci samé*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2012.

HROCH, J. *Hermeneutika*. Filosofická, strukturální a hlubinná. Brno: Marek Konečný, 2009.

HUYGHE, R. *Řeč obrazů*. Ve světle psychologie umění. Praha: Odeon, 1973.

CHRZ, V. *Možnosti narativního přístupu v psychologickém výzkumu*. Praha: Psychologický ústav AV ČR, 2007.

CHRZ, V. (2011). „*Necht' je slyšena druhá strana*“: *Červená kniha v kontextu Jungova pojetí aktivní imaginace*. E-psychologie [online], 5 (1), 52-64 [cit. 31. 3. 2013]. Dostupné: <http://e-psycholog.eu/pdf/chrz.pdf>.

JELLOUSCHEK, H. *Bludné cesty lásky*. Vztahový trojúhelník a jiné párové konflikty. Praha: Portál, 2009.

JUNG, C. G.; SHAMDASANI, S. *Červená kniha*. Liber Novus. Praha: Portál, 2010.

JUNG, C. G.; FRANZ, M. L. et al. *Člověk a jeho symboly*. Praha: Portál, 2018.

JUNG, C. G. *Mandaly*. Obrazy z nevědomí. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2004.

JUNG, C. G.; WILHELM, R. *Tajemství zlatého květu*. Čínská kniha života. Praha: Vyšehrad, 2004.

KASTOVÁ, V. *Dynamika symbolů*. Praha: Portál, 2000.

KASTOVÁ, V. *Imaginace jako prostor setkání s nevědomím*. Praha: Portál, 1999.

KASTOVÁ, V. *Krize a tvořivý přístup k ní*. Typy životních krizí, jejich dynamika a možnosti krizové intervence. Praha: Portál, 2000.

KELLOGG, J, et al. The use of the mandala in psychological evaluation and treatment. *American Journal of Art Therapy* [online]. 1977, vol. 16, issue 4, s. 123-134.

KULKA, J. *Psychologie umění*. Praha: Grada, 2008.

LANGMEIER, J.; KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada, 2006.

LHOTOVÁ, M. *Proměny výtvarné tvorby v arteterapii*. České Budějovice: Jihočeská univerzita, Teologická fakulta, 2010.

LHOTOVÁ, M.; PEROUT, E. *Arteterapie v souvislostech*. Praha: Portál, 2018.

MACEK, P. *Adolescence*. Psychologické a sociální charakteristiky dospívajících. Praha: Portál, 1999.

LOIRAT, M. 10 concepts du jeu de peindre d'Arno Stern. *Liberté Pédagogique*. [online]. [ b.r. ] [cit. 2018-11-10]. Dostupné z: <https://liberte-pedagogique.com/10-concepts-du-jeu-de-peindre-darno-stern/>.

MALCHIODI, C. A. et al. *Handbook of Art Therapy*. New York: The Guilford Press, 2003.

MARCIA, J. E.: Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social psychology*, 1966, Vol. 3, 5, 551-558.

MARI: Mandala Assessment Research Instrument. *Mandala Creative Resources* [online]. 2014 [cit. 2014-10-28].

Dostupné z: <http://www.maricreativeresources.com/>.

MC ADAMS, D. P.: *Power, Intimacy and the Life Story, Personological Inquiries into Identity*. New York: The Guilford Press, 1988.

MILLER, David. Mandala symbolism in psychotherapy: the potential utility of the Lowenfeld Mosaic Technique for enhancing the individuation process. *Journal of Transpersonal Psychology* [online]. 2005, vol. 37, issue 2, s. 164-177.

- MERLEAU-PONTY, M. *Oko, duch a jiné eseje*. Praha: Obelisk, 1971.
- MERLEAU-PONTY, M. *Svět vnímání*. Praha: OIKOYMENH, 2008.
- PAIVIO, A. Dual coding theory: retrospect and current status. *Canadian Journal of Psychology*, 1991. 45, 255-87.
- POKORNÝ, P.; ČAPEK, J. et al. *Hermeneutika jako teorie porozumění*. Praha: Vyšehrad, 2005.
- RICOEUR, P. *Teória interpretácie*. Diskurz a prebytok významu. Bratislava: Archa, 1997.
- RICOEUR, P. *Úkol hermeneutiky*. Praha: Filosofia, 2004.
- RIEDEL, I. *Obrazy v terapii, umění a náboženství: interpretace obrazů z pohledu hlubinné psychologie*. Praha: Portál, 2002.
- RUBIN, J. A., et. al. *Přístupy v arteterapii*. Teorie a technika. Praha: Triton, 2008.
- BUYER. *Paradoxy vědomí*. Expresivita. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 1994.
- SLAVÍK, J. *Od výrazu k dialogu ve výchově*. Artefiletika. Praha: Karolinum, 1997.
- SLAVÍK, J. Utváření a interpretování symbolu v arteterapii. In J. Slavík, (Ed.), *Současná arteterapie v České republice a v zahraničí*. Praha: Karolinum, 2000.
- SLAVÍK, J. *Umění zážitku, zážitek umění*. Teorie a praxe artefiletiky. 1. díl. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2001.
- SMÉKAL, V. *Transakční analýza*. Příručka. [online]. 2001 [cit. 2018-11-10]. Dostupné z: [https://is.muni.cz/el/1423/podzim2004/PSY749/PRIRUCKA\\_TA.pdf](https://is.muni.cz/el/1423/podzim2004/PSY749/PRIRUCKA_TA.pdf).

STERN, A. *Arno Stern Official Web Site*. [online]. 2000 [cit. 2018-11-10]. Dostupné z: <https://arnostern.com/en/index.html>.

ŠICKOVÁ-FABRICI, J. *Základy arteterapie*. Praha: Portál, 2002.

ŠTECH, V. *Tvorba jako způsob poznávání*. Praha: Karolinum, 2013.

ŠTĚPÁNEK, P. *Narativní konstrukce identity vynořující se ve vyprávění nad výtvarným artefaktem*. Diplomová práce. Brno: Masarykova Univerzita, Filosofická fakulta, 2008.

VYMĚTAL, J. *Úvod do psychoterapie*. Praha: Grada, 2003.

WILLI, J. *Psychologie lásky*. Osobní rozvoj cestou partnerského vztahu. Praha: Portál, 2006.

YALOM, I. D. *Chvála psychoterapie*. Otevřený dopis nové generaci psychoterapeutů a jejich pacientů. Praha: Portál, 2003.

ŽENATÁ, K. *Obrazy z nevědomí*. Práce v arteterapeutické skupině. Praha: Kolem, 2015.

## **Seznam příloh**

### **Příloha 1 – Julie**

Mandaly

Rozhovory

Příběh k pěti mandalám

### **Příloha 2 – Štěpán**

Mandaly

Rozhovory

Příběh k sedmi mandalám

### **Příloha 3 – Eliška**

Mandaly

Rozhovory

Příběh k pěti mandalám